

# 長崎県食育推進計画

～いただきます 元気 ながさき おいしか県～



長 崎 県

長崎県食育推進県民会議

表紙原案

田村ひろみさん（北松浦郡江迎町）

平成17年度諫早地区クリーンミーティング推進協議会消費者懇話会の最優秀賞

## はじめに

近年、私たちの食生活は、たいへん豊かになっていますが、栄養の偏りや食習慣の乱れ、運動不足などに起因する肥満や生活習慣病が増加し、大きな社会問題ともなっています。

このような中で、「食」への知識や理解を高め、健全な食生活を送ることができる人を育てる「食育」を推進することは、非常に大切なことです。特に、これからの社会を担う子どもたちにとって、正しい食事のあり方や望ましい食習慣を身につける食育は、健全な心と身体を育むうえで、大きな役割を果たすものと思います。

私たちは、生き物である動物や植物を食料としており、私たちの食生活は食に関わる多くの人々の活動に支えられています。

家族そろっての食卓は、家族とのコミュニケーションの場でもあり、食への感謝の心や食の大切さ、食の知識、食事マナーなどのいろいろな「学びの場」でもあります。

また、食育を通じて、家族の絆、消費者と生産者の交流、地域・学校と家庭のつながりを深めることができます。

さらに、その地域ならではの伝統的な食文化の継承や、地産地消の推進は身近な地域への愛着や地域産業の活性化にも結びつくものと考えております。

県では、食をめぐる様々な課題に対応し、食育に関する取り組みを県全体で計画的に進めていくため、長崎県食育推進計画を策定しました。

今後は、この計画に基づき県をはじめとして、地域、学校、幼稚園、保育所、生産者、食育関係団体、ボランティアの皆様とともに、あらゆる場で連携・協力して食育を展開してまいります。

食育の主役は家庭であり、県民一人ひとりの皆様が、食育にいかに関心をもっていただけるかが重要です。この計画の目標である県民一人ひとりが自らの食について考える習慣を身につけ、生涯を通じて健全で安心な食生活を実現できるよう、広く県民運動として食育を推進してまいりますので、県民の皆様のご理解、ご協力をお願いいたします。

平成 18 年 10 月

長崎県食育推進県民会議

会長 長崎県知事 金子原二郎



# 目 次

第1章 計画策定の基本的な考え方	1
第1節 策定の趣旨	2
第2節 計画の役割と目標	3
第3節 計画の期間	3
第2章 食育推進の展開方向	5
第1節 責務及び役割	6
1. 県及び市町の責務	
2. 教育関係者等の役割	
3. 農林漁業者等の役割	
4. 食品関連事業者等の役割	
5. 県民の役割	
第2節 基本的な方針	7
第3節 計画の体系	8
第4節 計画の内容	
1. 家庭における食育の推進	
(1) 基本的な食習慣の実践	10
(2) 望ましい食習慣・知識の習得と食を楽しむ機会の提供	10
(3) 発達段階に応じた栄養指導の推進	11
(4) 適切な栄養管理に関する知識の普及や情報の提供	13
(5) 食品廃棄物の発生抑制・再生利用	13
2. 学校、幼稚園、保育所等における食育の推進	
(1) 指導体制の整備・充実	16
(2) 指導内容の充実	16
(3) 体験活動を通じた食への理解の促進	17
(4) 地域の特色を生かした学校給食の充実	18
(5) 幼稚園・保育所における推進	18
(6) 子ども・保護者への普及・啓発	19
3. 地域における食生活改善のための取組の推進	
(1) 食生活に関する指針等の策定・普及	23
(2) 日本型食生活の普及	23
(3) 専門的知識を有する者の養成及び資質の向上	23

(4) 食育に関する普及及び啓発活動の推進	24
(5) 保健所、市町、医療機関等における普及・啓発	24
(6) 食品関連事業者等による食育推進	25
4. 生産者と消費者との交流の促進	
(1) 都市と農山漁村の共生・対流の促進	27
(2) 農林漁業者等による食育推進	27
(3) 地産地消の推進	28
(4) 食品リサイクルの推進	29
5. ながさきの食文化継承のための活動の推進	
(1) ボランティア活動への支援	31
(2) 学校給食における郷土料理等の積極的導入	31
(3) 食文化に関する知識の普及及び情報提供	31
6. 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供	
(1) リスクコミュニケーションの充実	34
(2) 食品の安全性や栄養等に関する情報提供	34
(3) 基礎的な調査・研究の実施	34
7. 食育推進県民運動の展開	
(1) 食育月間における取組の促進	36
(2) 継続的な食育推進運動	36
(3) 各種団体等との連携・協力体制の確立	36
(4) 民間の取組に対する表彰の実施	37
(5) 県民運動に資する情報提供	37
(6) 食育に関する県民の理解の増進	38
<b>第3章 食育の進め方</b>	<b>41</b>
第1節 長崎県食育推進県民会議	42
第2節 長崎県食育推進会議	42
第3節 食育推進地域ネットワーク会議	42
<b>第4章 数値目標</b>	<b>45</b>
<b>参考資料</b>	<b>49</b>
食をめぐる現状と課題	50
長崎県食育推進県民会議条例	58
長崎県食育推進会議設置要綱	60
長崎県食育推進計画の検討経過	62
用語の解説	63

# 第1章

## 計画策定の基本的な考え方

## 第1節

## 策定の趣旨

「ごはんですよ」「いただきます」「ごちそうさま」「もったいない」。これらの言葉は、「食」にまつわるものであり、幼い頃から日常使われてきた言葉で、米を中心とした日本の伝統的な食生活の習慣、食への感謝、食の大切さを表しています。

食は命の源であり、私たちが生きていくうえで欠くことができません。私たちは、長い歴史の中で健全な食生活を実践しながら生きる力を育んできました。

近年、経済や科学技術の発展により食品の広域化や国際化が進み、また、消費者ニーズの多様化に伴い、多種多様な食品が流通し、私たちを取り巻く食生活の環境は、質的・量的に豊かになっています。

一方、ライフスタイルの多様化、単身所帯の増加など社会的情勢が大きく変化するなか、食の大切さの意識が薄れ、健全な食生活や伝統的な食文化が失われつつあります。

私たちの食生活には、朝食の欠食をはじめとする不規則な食事や栄養の偏り、肥満や過度の痩身志向などの様々な問題が生じています。

また、農産物や加工食品がどのようにして作られているかを実際に見たり、体験したりする機会が減り、食べ物と生産現場のつながりを実感することが少なくなってきました。

さらに、食料を外国へ依存する一方、食べ残しなどにより食品が廃棄されるなど食への感謝の念が薄らいできています。

このような食生活をめぐる様々な課題を解決し、私たちが生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むため、食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進することが、今日、緊急かつ重要な課題となっています。

もとより、食育はあらゆる世代の県民に必要なものですが、とりわけ、子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い、豊かな人間性を育んでいく基礎となるものです。子どもへの食育を通して、大人自身も自らの食生活を見直すことが期待されます。

本県は、外国との交流の中で、数々の食文化を築いてきた歴史があります。また、自然環境に恵まれ、豊富な海の幸や山の幸があります。

「長崎県食育推進計画」は、これらの特性も生かしながら食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、食育を県民運動として展開し、県民一人ひとりが自らの食について考える習慣を身につけ、生涯を通じて健全で安心な食生活を実現することができるように策定するものです。

## 第2節

### 計画の役割と目標

計画は、長崎県内において実施する食育推進のための各種施策を掲げ、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するためのものであり、食育を県民運動として連携・協力して取り組むためのものです。

食育推進にあたっては、食に関する感謝の念と理解を深め、健全な心と身体を培い、豊かな人間形成を推進し、健康で文化的な県民の生活、豊かで活力のある社会の実現を目指します。

## 第3節

### 計画の期間

計画の期間は、平成18年度から平成22年度までの5年間とします。

さらに、社会環境の変化に対応するため、必要に応じて見直しの必要性や時期等を適時・適切に検討することとします。





## 第2章

### 食育推進の展開方向

## 第1節

## 責務及び役割

### 1. 県及び市町の責務

県及び市町は、食育の推進に関し、国や関係者・機関・団体等との連携を図り、地域の特性を生かした施策を策定し、実施する責務があります。

### 2. 教育関係者等の役割

教育、保育、介護その他の社会福祉、医療・保健の関係者、機関、団体は、食に関する関心及び理解を増進する上で重要な役割があることから、あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育を推進するよう努めるとともに、他の者の行う食育の推進に関する活動に協力するよう努めます。

### 3. 農林漁業者等の役割

農林漁業者及びその団体は、農林漁業に関する体験活動等が消費者等の食に関する関心及び理解を増進する上で重要な役割があることに鑑み、農林漁業に関する多様な体験の機会を積極的に提供し、自然の恩恵と食に関わる人々の活動の重要性について、県民の理解が深まるよう努めるとともに、教育関係者等と相互に連携して食育の推進に関する活動を行うよう努めます。

### 4. 食品関連事業者等の役割

食品の製造、加工、流通、販売、食事の提供を行う事業者及びその団体は、その事業活動に関し、自主的かつ積極的に食育の推進に自ら努めるとともに、県・市町が実施する食育の推進に関する施策等に協力するよう努めます。

### 5. 県民の役割

県民は、家庭、学校、幼稚園、保育所、地域その他の社会のあらゆる分野において、生涯にわたり健全な食生活の実現に自ら努めるとともに、食育の推進に寄与するよう努めます。

## 第2節

## 基本的な方針

### 1. 県民の心身の健康の増進と豊かな人間形成

食に関する適切な判断力を養い、生涯にわたって健全な食生活を実現することにより、県民の心身の健康の増進と豊かな人間形成を図ります。

### 2. 食に関する感謝の念や理解

様々な体験活動を通じて、食に関する感謝の念や理解を深めます。

### 3. 子どもの食育における保護者、教育関係者の意識の向上と相互の連携

父母やその他の保護者や教育、保育等に携わる関係者の意識の向上を図り、家庭や教育、保育の場が果たすべき重要な役割についての自覚を促すとともに、相互の密接な連携の下、子どもが楽しく食を学ぶことができる取組を積極的に実施します。

### 4. 食に関する体験活動と食育推進活動

家庭、学校、幼稚園、保育所、地域等社会の様々な分野において、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者等多様な主体により、食を学ぶ機会が提供され、多くの県民が食に関する体験活動に参加するとともに、意欲的に食育の推進のための活動を実践します。

### 5. 伝統的な食文化の継承や農山漁村の活性化と食料自給率の向上

伝統的な食文化や長崎県の特性を生かした食生活の継承・発展に配慮するとともに、食料需給への県民の理解の促進、都市と農山漁村の共生・対流や生産者と消費者の交流等を通して農山漁村の活性化と食料自給率の向上へ貢献します。

### 6. 食品の安全性の確保

食品の安全性をはじめ食に関する幅広い情報を多様な手段で提供するとともに、行政、関係団体・事業者、消費者等の間の意見交換を積極的に推進します。

### 7. 食育推進運動の展開

県民や民間団体の自発的意思を尊重するとともに、地域の特性に配慮し、食育に関係する人や団体等が連携と協力のもと、食育を県民運動として展開します。また、食育推進運動を県民運動として展開するため、地域における関係者のネットワーク化を図るなど連携・協働体制を構築します。

第3節

計画の体系

計画は、7つの基本的施策ごとに、33の施策を体系化しています。

目標

○豊かな人間性を育む  
○健全な心と身体を培う

○豊かで活力のある社会  
○健康で文化的な県民生活

の  
実  
現

食に関する適切な判断力を養うと共に食に関する感謝の念と理解を深め、健全な食生活の実践

基本的施策

1. 家庭における食育の推進

2. 学校、幼稚園、保育所等における食育の推進

3. 地域における食生活改善のための取組の推進

4. 生産者と消費者との交流の促進

5. ながさきの食文化継承のための活動の推進

6. 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供

7. 食育推進県民運動の展開

施策

- (1) 基本的な食習慣の実践
- (2) 望ましい食習慣・知識の習得と食を楽しむ機会の提供
- (3) 発達段階に応じた栄養指導の推進
- (4) 適切な栄養管理に関する知識の普及や情報の提供
- (5) 食品廃棄物の発生抑制・再生利用
- (1) 指導体制の整備・充実
- (2) 指導内容の充実
- (3) 体験活動を通じた食への理解の促進
- (4) 地域の特色を生かした学校給食の充実
- (5) 幼稚園・保育所における推進
- (6) 子どもや保護者への普及・啓発
- (1) 食生活に関する指針等の策定・普及
- (2) 日本型食生活の普及
- (3) 専門的知識を有する者の養成及び資質の向上
- (4) 食育に関する普及及び啓発活動の推進
- (5) 保健所、市町、医療機関等における普及・啓発
- (6) 食品関連事業者等による食育推進
- (1) 都市と農山漁村の共生・対流の促進
- (2) 農林漁業者等による食育推進
- (3) 地産地消の推進
- (4) 食品リサイクルの推進
- (1) ボランティア活動への支援
- (2) 学校給食における郷土料理等の積極的な導入
- (3) 食文化に関する知識の普及及び情報提供
- (1) リスクコミュニケーションの充実
- (2) 食品の安全性や栄養等に関する情報提供
- (3) 基礎的な調査・研究の実施
- (1) 食育月間における取組の促進
- (2) 継続的な食育推進運動
- (3) 各種団体等との連携・協力体制の確立
- (4) 民間の取組に対する表彰の実施
- (5) 県民運動に資する情報提供
- (6) 食育に関する県民の理解の増進

## 第4節

## 計画の内容

### 1 家庭における食育の推進

- 栄養の偏りや食習慣の乱れなど、食をめぐる様々な課題の解決には、家庭における食育の推進が基本です。
- 家庭は、健全な食習慣を形成する基礎となる場であり、家庭教育を通して「食」の大切さや「食」に対する考え方を育てるという大きな役割を担っています。
- 県民一人ひとりが家庭において自分自身や子どもの食生活を大切にし、健全な食生活を実践し、健全な食習慣を確立するため、
  - (1) 基本的な食習慣の実践
  - (2) 望ましい食習慣・知識の習得と食を楽しむ機会の提供
  - (3) 発達段階に応じた栄養指導の推進
  - (4) 適切な栄養管理に関する知識の普及や情報の提供
  - (5) 食品廃棄物の発生抑制・再生利用

などの施策を推進するものとします。

#### (1) 基本的な食習慣の実践

- 朝食をとることや早寝早起きを実践することなど、子どもの基本的な生活習慣を育成するため、普及啓発活動を行うとともに、地域ぐるみで取り組む活動を推進します。  
(こども未来課、こども家庭課、国保・健康増進課)
- 子どもの栄養や運動に関する実態を把握するとともに、子どもの健全な発育を促すよう栄養と運動の両面からの肥満予防対策を推進します。  
(こども家庭課、国保・健康増進課、体育保健課)

#### (2) 望ましい食習慣・知識の習得と食を楽しむ機会の提供

- 学校を通じて保護者に対し、食育の重要性や健康美あふれる身体づくりなどの適切な栄養管理に関する知識等の啓発に努めます。  
(国保・健康増進課、体育保健課)
- 食育に関する内容を含め家庭でのしつけや子育てのヒント集として文部科学省が作成した家庭教育手帳を、乳幼児や小学生等を持つ保護者に配付し、その活用を図ります。  
(こども未来課)

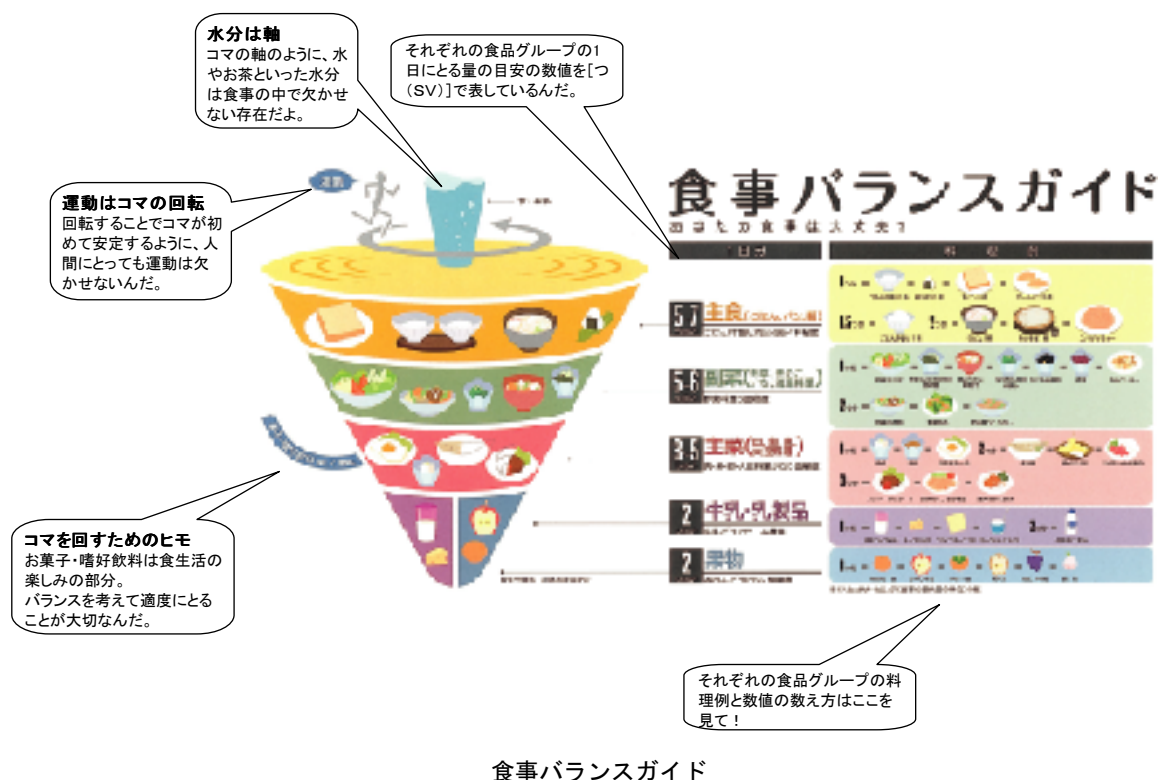


食生活改善推進員<sup>※</sup>による料理教室

- 保育所・幼稚園・小学校・中学校の親子を対象に、旬のものや地域の素材を生かした料理教室やおやつ作り教室など、楽しみながら望ましい食習慣や味覚を身に付ける活動を関係機関が連携して推進します。  
(こども未来課、学事振興課、国保・健康増進課、畜産課、体育保健課)

### (3) 発達段階に応じた栄養指導の推進

- 食事バランスガイド<sup>※</sup>を活用し、ライフステージ<sup>※</sup>に対応したきめ細やかな栄養指導を実施します。  
(国保・健康増進課)



- 平成16年2月に国が作成・公表した「楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～」の普及啓発を進めるとともに、乳児期に焦点を当てた授乳・離乳の支援ガイドに基づき、乳幼児に関する発達段階に応じた栄養指導を推進します。  
(こども家庭課、国保・健康増進課)
- 妊娠期の女性やその配偶者を対象に、料理の基礎を習得する調理実習や食生活講話を実施し、妊婦や生まれてくる子どもの健康増進に努めます。  
(こども家庭課、国保・健康増進課)
- 乳児期の保護者を対象に、乳児期の食生活講話・離乳食調理実習・家庭訪問を実施するなど、乳児期の食経験の大切さに関する理解を促進します。  
(こども家庭課、国保・健康増進課)

- 乳幼児期の保護者を対象に、人が食べるために口腔機能<sup>※</sup>の健全性を保つことが必要であるという理解を広めるため、食品の栄養面だけでなく、口腔機能の発達に応じた噛みごたえのある食品の摂取についてあわせた指導が行われるよう努めます。  
(こども家庭課、国保・健康増進課)
- 幼児・児童・生徒及びその保護者を対象に、食習慣の形成と情緒の発達、健康への影響などに関する学習会を開催するなど、「食」に関する正しい知識と習慣の普及に努めます。  
(こども未来課、こども家庭課、学事振興課、国保・健康増進課、生涯学習課、体育保健課)
- 子どもの発育にとって、栄養面や運動面と並び健全な口腔機能の保持・増進が重要であることから、指導の場面において噛みごたえのある食事内容や食事時間を十分にとったそしゃく（食べ方）が行える食習慣の推進を図ります。  
(こども家庭課、国保・健康増進課、体育保健課)
- 成人者を対象に、健康診断等の結果を把握し、生活習慣病<sup>※</sup>予防のために調理実習を含めた食生活講座開催の充実を図ります。  
(国保・健康増進課)
- 高齢者の食生活の改善・支援のため、在宅高齢者の栄養及び口腔機能の実態を把握するとともに、訪問等による栄養指導の充実及び口腔機能の向上を図ります。  
(長寿社会課、国保・健康増進課)

## コラム <箸(はし)のはなし>

食器としての箸は、日本へは6世紀中頃に、百済（くだら）から持ち込まれています。聖徳太子は、7世紀はじめ頃に小野妹子ら遣隋使が持ち帰った中国の作法を真似て箸食を行っています。これがきっかけとなって箸食文化が根付いたと言われています。

古くから、日本人の手先が器用なのは、お箸を使うからだと言われています。箸は二本の棒を片手で操（あやつ）り、さまざまな機能をもたせる事の出来る優れた道具（食器）です。

日本人は、箸を使うことによって、微妙な指の使い方・力加減を幼い頃から習得していたのです。箸使いが日本人にとって、全ての道具を器用に使いこなす基本になっているのかもしれませんが。（大阪教育大学食物学研究室ホームページ「箸食の文化」から抜粋）

### <お箸の正しい持ち方>

下の箸を薬指の先端と親指・人差し指の股部においてしっ 箸先  
かり固定し、親指で二本を押さえます。

上の箸を親指・人差し指・中指の三本で動かして、食べ物をはさんだり、つまんだりします。

（榊兵左衛門ホームページ「心のブランド兵左衛門」から抜粋）





#### (4) 適切な栄養管理に関する知識の普及や情報の提供

- 中高年男性を対象に、食の自立を図るため、市町、各地区の食生活改善推進員が連携し、調理を含めた食生活講座開催の充実を図ります。

(国保・健康増進課)



男性の料理教室

- 成長期の子どもたちや女性等を対象に、骨粗鬆症<sup>\*</sup>予防のためにカルシウム摂取量の増加や食生活と運動の調和がとれた日常生活の定着を推進します。

(国保・健康増進課)

- スポーツクラブに参加している子どもと保護者を対象に、正しい栄養摂取や食習慣形成のための食育教室等を関係団体が連携して推進します。

(国保・健康増進課、体育保健課)

- 食育を通じて青少年の健全育成を図るため、青少年育成に関するイベントや情報提供活動等において食育の普及啓発を推進します。

(こども未来課)

#### (5) 食品廃棄物の発生抑制・再生利用

- 市町、関係団体と連携して、家庭における食品廃棄物の減量化や再生利用等に関する活動の普及推進を図ります。(廃棄物・リサイクル対策課、国保・健康増進課)

### 取組事例

#### 親子で学ぶ正しい食生活セミナーの実施 ((社)長崎県栄養士会)

長崎県国保・健康増進課から受託し、県内各地でセミナーや食習慣アンケート、食育資料の作成を行いました。

セミナーは、県内保育所等で開催し、子どもや保護者を対象に食習慣の大切さを伝える寸劇や調理実習、講話等を行い、大変好評を得ました。

食育の資料として作成した「ぬりえ」は、県内全保育所に配付し、多くの保育所で活用してもらっています。



## 取組事例

### ライフステージ別食育で育てたい力(長崎県県南保健所)

長崎県県南保健所では、子どもの健康づくり(食育)推進連携事業の一環として「ライフステージ別食育で育てたい力」を作成しました。

#### ライフステージ別食育で育てたい力

乳  
幼  
児  
期

##### ①味覚の基本を知る力

○豊かな本物の食材のもつ味や食感にふれる

##### ②安心、安全な食べ方を知る力

○加熱、洗浄を充分に行う  
○賞味期限、添加物などを確認する  
○アレルギーの正しい知識をもつ

##### ③食べ物を大切にし、感謝する心と力

○食事を作る過程や食材ができるまでの成り立ちを知る  
○地産地消の大切さを知る  
○食事のマナーを身につける  
○食事の楽しさを知る

##### ④正しいリズムで生活する力

○規則正しい食事時間を身につける

##### ⑤噛む力

○噛むことの大切さを知る

小  
学  
生

##### ①食べ物を選ぶ力

<子ども>  
○買い物に行き、レシピにあった食材を選ぶことができる  
○手伝いをする  
<保護者>  
○家庭でのお買物を促す  
○手伝いをさせる

##### ②正しい食事マナーで食べる力

<子ども>  
○正しい箸の使い方・食べる姿勢を身につける  
<保護者>  
○家庭でも指導する

##### ③バランス良く食べる力

<子ども>  
○三つの食品群<sup>※</sup>の理解が出来て、バランス良く食べることができる  
○朝食を食べる  
○偏食しない  
<保護者>  
○朝食を作る  
○色々な食材、調理法を家庭でも作る

中  
学  
生

##### ①規則正しい生活をする力

○食器を洗う等、できることからする  
○基本的なこと(基礎、基本的な調理技術)ができ、将来1人で規則正しく生活できる力を身に付ける  
○1日の中で1回でもきちんとした食事を摂る

##### ②調理の技術力

○総合学習(一番取り組みやすい)家庭科の授業時間を活用する  
○郷土料理を知る

##### ③バランスよく食べる力

○栄養のバランスの大切さについて知る

高  
校  
生

##### ①選択する能力 ②自ら作る技術力

○学校における社会資源の活用と連携  
\* 社会資源…PTA, 食生活改善推進員, 保健行政 など

##### ③正しい栄養知識がわかる力

○家庭での食生活の大切さを認識する

(平成16年度～17年度県南保健所管内で実施した子どもの健康づくり(食育)推進連携事業で作成した資料の抜粋)

## 目 標

※県民健康・栄養調査（H.18実施）で把握

	指 標	基礎	H18	H19	H20	H21	H22
1	朝食を食べない小学5年生の割合	4.7% (H14)					0%
2	朝食を食べない中学2年生の割合	6.6% (H14)					3.3% 以下
3	肥満者（BMI 25以上） （20～60歳代男性）	27.5% (H13)					20% 以下
4	肥満者（BMI 25以上） （40～60歳代女性）	21.5% (H13)					15% 以下
5	やせの者（BMI 18.5未満） （20歳代女性）	20.1% (H13)					15% 以下
6	メタボリックシンドローム（内臓脂肪 症候群）予備群の推定数	※					
7	メタボリックシンドローム（内臓脂肪 症候群）該当者の推定数	※					
8	朝食の欠損率（幼児期）	※					
9	朝食の欠損率（高校生）	※					
10	朝食の欠損率（20歳代）	※					
11	子どものためのよい食習慣の普及活動 参加数（人）	9,241 (H17)	9,500	9,500	9,500	9,500	9,500

**コラム** <5つの「こ食」> 子どもたちの中には5つの「こ食」が広がっています。

- 孤食** ひとりで食べること
- 個食** 自分の好きなものを各々が食べること
- 粉食** スパゲッティやパンなど粉を使った主食を好んで食べること
- 小食** 食べる量が少ないこと
- 固食** 固定された自分の好きなものしか食べないこと

## 2 学校、幼稚園、保育所等における食育の推進

- 学校、幼稚園、保育所等は子どもの食生活の改善を進めていく場として、大きな役割を担っていると同時に、子どもを通して家庭への波及効果をもたらすことも期待されています。
- 学校、幼稚園、保育所等における魅力ある食育推進活動を通して、子どもの健全な食生活の実現と健全な心身の成長を図るため、
  - (1) 指導体制の整備・充実
  - (2) 指導内容の充実
  - (3) 体験活動を通じた食への理解の促進
  - (4) 地域の特徴を生かした学校給食の充実
  - (5) 幼稚園・保育所における推進
  - (6) 子ども・保護者への普及・啓発

などの施策を推進するものとします。

### (1) 指導体制の整備・充実

- 食の指導のあり方や近隣校への指導方法など、栄養教諭<sup>※</sup>の配置をめぐる課題について実践的研究を行い、栄養教諭の配置に向けての検討を進めていきます。  
(義務教育課)

- 栄養教諭免許取得のための認定講習会を開催するとともに、学校栄養職員<sup>※</sup>の業務についての実態調査等を実施します。  
(教職員課、義務教育課)



食育指導資料集・学校給食レシピ集

- 食育指導のための全体計画モデル、学年毎の年間指導計画モデル、指導事例等を盛り込んだ「食育指導の手引き<sup>※</sup>」を活用し、各学校における食育推進のための全体計画の策定を推進します。  
(義務教育課、体育保健課)

### (2) 指導内容の充実

- 食に関する指導計画の作成や食に関する指導を行う上での参考資料を作成・配付し、各学校での指導内容の充実に役立てるとともに、校長・教職員等が学校における食育の重要性等についての理解を深めるよう研究大会等を活用しながら意識啓発等を行います。  
(体育保健課)

- 保護者や教職員等を対象に、栄養のバランスのとれた食事や家族そろって楽しく食事をとることの重要性等への理解を深めることができるよう、食育の普及・啓発や教諭、栄養教諭、学校栄養職員等による実践指導の紹介等を行う研究大会等を開催します。  
(体育保健課)
- 給食の時間、各教科、総合的な学習の時間等における食に関する指導の充実を促進し、学校における食育を組織的・計画的に推進します。  
(義務教育課、高校教育課、体育保健課)
- 健康教育を通して、研究を進める学校給食研究校を指定するとともに研究発表会を実施し、その成果と指導効果を県内各校に普及するよう努めます。  
(体育保健課)
- 学校や幼稚園、保育所等の健康教育の一環として、食生活を支える口腔機能の重要性を普及するため、歯科専門職と学校歯科医や栄養士による講話などの充実を図ります。  
(学事振興課、国保・健康増進課、体育保健課)



学校における食育授業

- 新規採用学校栄養職員を対象に研修会を実施し、健康教育の視点に立った学校給食指導に関する基本的事項について理解を深め、より適切な食育の推進が図られるよう努めます。  
(体育保健課)
- 校長、教頭、教諭、栄養教諭、学校栄養職員、調理員、教育委員会学校給食担当者等を対象として、研修会等を開催し、学校給食の衛生管理体制の強化、食に関する指導の充実を図ります。  
(体育保健課)
- 肥満傾向や食物アレルギー等の児童生徒に対する個別指導については、「学校における食育指導事例集」を活用し、適切な対応を行うよう、学校給食関係者への啓発に努めます。  
(体育保健課)
- 小中学校新任教諭を対象に、農業大学校等において農業に関する基礎研修を実施し、小・中学生の農業体験学習を推進します。  
(農業経営課、教職員課)
- 教諭や栄養教諭、学校栄養職員等を対象に、農産物の生産・流通等に関する研修会を開催し、食に関する指導の充実を図ります。  
(農政課、農産園芸課)

### (3) 体験活動を通じた食への理解の促進

- 家庭科や給食の時間をはじめ、様々な教科や学習活動を通して、児童・生徒が、料理の作り方、用具の取扱いなどの技術習得や配膳の仕方、食事の作法などのマナー習得ができるように努めます。  
(義務教育課、高校教育課、特別支援教育室、体育保健課)

- 生産者団体やボランティアグループ等が連携し、子どもの農林漁業体験や食品廃棄物の再生利用等に関する各種体験活動を推進するとともに、体験活動に関する指導者の研修を実施します。

(廃棄物・リサイクル対策課、農政課、義務教育課)

(注) 再生利用等に関する各種体験活動とは?

生ごみなどの食品廃棄物を堆肥化し、それを利用し土作りを行い、種まき、収穫、加工、調理、飲食までの農業体験をおこなうこと。



食品廃棄物の再生利用等に関する各種体験活動

#### (4) 地域の特徴を生かした学校給食の充実

- 学校給食に地場産物を使用し、郷土料理のメニューを実施することにより、新鮮で安全な食材を確保するとともに、児童生徒の郷土に対する愛着や理解を深めるため、「学校給食における地場産品使用推進週間<sup>※</sup>」を設定し、県内一斉に取り組むこととします。(体育保健課)
- 地場農産物を学校給食へ供給するためのシステム作りに取り組む市町等を支援し、地元の特徴を生かし、安全・安心な農産物の提供に努めます。(農政課)
- 栄養教諭、学校栄養職員、調理員を対象に、関係団体が連携して、地場産品利用の給食や郷土料理に関する給食調理発表会を実施し、地域の特性を生かした給食の促進に努めます。(体育保健課)
- 郷土料理や地場産物を活用した学校給食レシピ集<sup>※</sup>を県内各学校へ配付し、給食関係者への郷土料理等に関する理解を深め、献立への普及推進を図ります。(体育保健課)
- 地域水産物を学校給食に利用促進するため、関係団体等が連携して学校給食メニューの開発を推進します。(水産振興課、体育保健課)

#### (5) 幼稚園・保育所における推進

- 「保育所における食育に関する指針<sup>※</sup>」(平成16年3月作成・公表)を参考に、保育所において保育計画に連動した組織的・発展的な「食育計画」の策定等が推進されるよう支援を行います。(こども未来課、国保・健康増進課)
- 保育所関係者と連携して、在宅の子育て家庭からの乳幼児の食に関する相談への対応や情報提供等に努めるほか、地域と連携しつつ、積極的に食育を推進するよう努めます。(こども未来課、国保・健康増進課)

- 幼稚園・保育所が実施するクッキング保育など、年齢に応じた料理体験活動に対し、支援を行い、子どもたちの食べる楽しみを育成します。（こども未来課、国保・健康増進課）



保育園でのうどん作り

- 幼稚園や保育所の職員・調理担当者を対象に、栄養・衛生・食物アレルギー※、かむことの効用を考慮した調理方法や知識に関する研修会を、関係者が連携して実施し、安全・安心な給食の提供に努めます。

（こども未来課、国保・健康増進課）

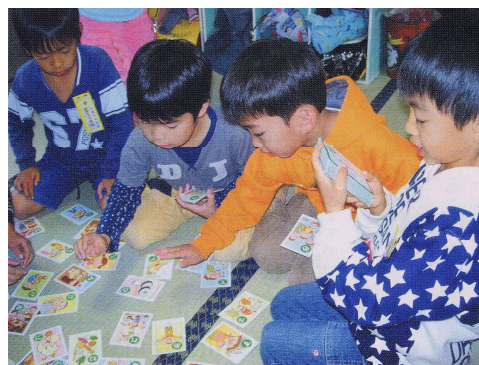
- 幼稚園・保育所関係者を対象に、土作りから種まき、収穫、加工、調理、飲食までの農業体験等を実施し、食への関心と理解を高め感謝の念を育む活動を関係団体が連携して推進します。

（こども未来課、農政課）

#### （6）子ども・保護者への普及・啓発

- 「食育ぬりえ」や「食育カルタ」などの食育教材を活用し、親子で一緒に学ぶ正しい食習慣の形成を推進します。

（こども未来課、こども家庭課、学事振興課、国保・健康増進課）



わいわい食カルタ

- 家庭への食育の浸透のため、保護者のための食育研修会を関係団体が連携して実施します。

（こども未来課、こども家庭課、学事振興課、国保・健康増進課、生涯学習課）

- 子どもや保護者を対象に、過度の痩身や肥満が心身の健康に及ぼす影響など健康状態の改善等に必要な知識の普及に努めます。

（こども未来課、こども家庭課、学事振興課、国保・健康増進課、体育保健課）

## 取組事例

### 学校給食研究校の指定(長崎市立神浦小学校)

神浦小学校では、県教育委員会の研究指定を受け食育について取り組みました。食に関する体験活動として、地域の方の協力を得て米作り体験を行いました。

児童が、刈り取った稲の籾を発芽させ、育苗し、田植え・稲刈り・脱穀などを行い、一粒の籾から米ができるまでを全児童が体験し、「他の命をいただいて、自らの命を育む」という命の連鎖に対する感謝の気持ちを育むことができました。



### PTA広報紙「くすのき」(大村市立西大村小学校)

西大村小PTA広報部が年2回発行する広報紙「くすのき」が、長崎新聞PTA広報紙コンクールで「県印刷工業組合賞」を受賞しました。さらに、県内で初めて、日本PTA全国協議会主催の平成18年度の全国広報紙コンクール小学校の部で最優秀賞にあたる「文部科学大臣賞」を受賞しました。

今回、大臣賞受賞の対象となったのは102号と103号で、103号では「食育」を特集し、食生活を取り巻く課題などについて掲載しました。

広報部は、保護者約50人で新聞の作成にあたっており、新聞は、全校児童用に約800部、校区内の郵便局などの公共機関を利用して地域への情報提供用として約200部、計約1,000部程度発行しています。





## 取組事例

### お母さんと一緒に給食を(長与町 上長与幼稚園)



食育指導の第一歩として、まず「楽しい食事から」をめざしている上長与幼稚園では、母親と一緒に食事をする日を設けました。園の給食については日頃から母親の関心が高く、全員に近い参加数でした。

家庭では、偏食のひどい子どもが、野菜を食べている様子や食事のマナーがいいことに驚くなど、この取り組みの理解を深めることができました。

また、バランスがとれた献立内容に、母親から「おいしかった。」という声があり楽しい給食会でした。

## 取組事例

### 親子クッキング(佐世保市 新田保育園)

卒園を前に、食を通して何か楽しい思い出を残してほしいとの思いから、平成8年度より「親子クッキング」を行っています。

クッキングの内容は、「お母(父)さんの料理で子どもの好きな料理」「お母(父)さんと一緒に作りたい料理」「我が家の自慢料理」などから、親子で一品を決めてもらい、10人分ほどを作り、皆で楽しく会食をしています。

毎年、40~50名の参加があり、毎回心温まる感動的な場面があります。

親子で作った料理とその思い出を宝物とし、親子の絆がますます深まっていくことを願い、これからも続けていきたいと思えます。(農林水産省提唱：地域に根ざした食育コンクール審査委員会奨励賞受賞)



### 「味」の変化 ~渋柿から甘い干し柿へ~(雲仙市 雲仙保育園)

「甘い」「辛い」「しょっぱい」「苦い」「酸っぱい」「渋い」の味覚のなかで、通常の食事では体験することの少ない「渋さ」をじかに体験し、言葉で表現させる。子ども達の表情もさることながら「舌に粉がついてるみたい」と表現した5歳児の言葉です。



お母様がたくさんおられる園庭には、黄色いお団子の色のカンパンの出陣。お団子の陣営で甘くなるのを待たせました。



冬の柔らかい太陽に照らされて甘い干し柿へ変化した驚きは、子どもたちにとって感動そのものでありました。

## 取組事例

### 生ごみを使った、土と食べ物の命と自分とをつなげる体験活動 (大地といのちの会)

長崎県との協働で、平成 16、17 年度の 2 カ年において、生ごみの発生抑制や減量化・リサイクルを推進する指導者を、県内に 53 名育成しました。

その指導者により県内各地域、保育所、幼稚園、小中学校において、生ごみを使った大変おいしい元気野菜作りが展開され、この取り組みが急増しています。

これらの体験から、子どもたちは食べ物の命に自分が支えられていることを実感しています。また、生徒たちは「おなか畑の土作り」と称して、自分の食を変える取り組みを 30 日間実践し、体の健康や精神力の変化を実感しています。この取り組みも多くの学校に広がってきています。



## 目 標

※平成 18 年 4 月に各学校へ配布

	指 標	基礎	※平成 18 年 4 月に各学校へ配布				
			H 1 8	H 1 9	H 2 0	H 2 1	H 2 2
1	「学校における食育指導資料集」の活用率	※	→				100%
2	健康教育推進研修会（人）	160	160	160	160	160	160
3	県立学校栄養士・調理員等研修会（人）	70	70	70	70	70	70
4	学校給食研究協議大会（人）	400	400	400	400	400	400
5	学校給食における県内産品を使用する割合（重量比）	65%	65% 以上	65% 以上	65% 以上	65% 以上	65% 以上
6	地場産品使用推進週間の実施市町数	32	23	23	23	23	23

### 3 地域における食生活改善のための取組の推進

- 食育の推進は、あらゆる世代の県民に必要であり、県内全域にわたり、県民一人ひとりに定着を図っていくには、その地域の特性や課題を踏まえた地道な取り組みが必要です。
- 地域において、食生活の改善を推進するとともに、生活習慣病<sup>※</sup>を予防して健康を増進するため、
  - (1) 食生活に関する指針等の策定・普及
  - (2) 日本型食生活<sup>※</sup>の普及
  - (3) 専門的知識を有する者の養成及び資質の向上
  - (4) 食育に関する普及及び啓発活動の推進
  - (5) 保健所、市町、医療機関等における普及・啓発
  - (6) 食品関連事業者等による食育推進

などの施策を推進するものとします。

#### (1) 食生活に関する指針等の策定・普及

- 本県特有の郷土料理や食材を活用した「長崎県版食事バランスガイド<sup>※</sup>」を対象者別に作成し、食事による健康づくりと食文化の伝承・地産地消<sup>※</sup>の普及推進に努めます。  
(国保・健康増進課、農政課)
- 日々の生活において「食事バランスガイド」が活用されるよう、市町、関係団体、事業所などと連携し、県民への浸透を図ります。  
(国保・健康増進課)
- 平成12年3月に作成・公表された「食生活指針<sup>※</sup>」の普及啓発を推進します。  
(国保・健康増進課)

#### (2) 日本型食生活の普及

- 米を中心に農産物、畜産物、水産物等多様な副食から構成され、栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践を促進するため、関係機関が連携して、シンポジウムの開催やマスメディア等の多様な媒体等の活用等を通じて、米や野菜、果実、牛乳、きのこ類、魚介類、発酵食品（味噌、醤油、漬け物など）等に関する情報提供を行います。  
(国保・健康増進課、水産振興課、農政課、農産園芸課、畜産課、林務課)

#### (3) 専門的知識を有する者の養成及び資質の向上

- 食育に関し専門的知識を備えた管理栄養士<sup>※</sup>や栄養士、専門調理師<sup>※</sup>や調理師等の養成を図るとともに、学校、各種施設等の連携の下、食育の推進に向けてこれらの人材や団体による多面的な活動が推進されるよう取り組みます。  
(国保・健康増進課)

- 市町における管理栄養士等の配置を推進するとともに、管理栄養士等の資質の向上を図るため研修会等を開催します。  
(国保・健康増進課)
- 県民の健康づくりのために市町及び保健所の職員や民間団体等を対象として、食事バランスガイドを利用した栄養指導と運動所要量の指導をあわせてできる指導者養成を行います。  
(国保・健康増進課)
- 地域で活動する食生活改善推進員<sup>※</sup>の資質の向上、地区活動のあり方の検討、相互連携を図るため、食生活改善推進員研修会の充実・強化に努めます。  
(国保・健康増進課)
- 食生活改善推進員等の地区組織を対象として、保健所地区ごとに研修会を開催し、地域で健康づくりを進める地区組織の育成を推進します。  
(国保・健康増進課)
- 発達段階に応じた口腔機能を獲得できるよう、食品の栄養面だけでなく噛みごたえに関する知識を普及するため、研修会等を通じて食生活・栄養関係者や歯科衛生士等の資質向上を図ります。  
(こども家庭課、国保・健康増進課)
- 地域で活動する調理師の資質の向上を図るため、研修会等の充実に努めます。  
(国保・健康増進課)

#### (4) 食育に関する普及及び啓発活動の推進

- 学校、幼稚園、保育所、市町、教育委員会関係者、食育を推進している団体の代表者等を対象として、それぞれが担うべき役割を認識し、協働しながら食育推進を図るための関係機関会議及び研修会を開催します。  
(こども未来課、こども家庭課、学事振興課、国保・健康増進課、農政課、体育保健課)

#### (5) 保健所、市町、医療機関等における普及・啓発

- 保健所、市町保健センター、医療機関等が連携して食育に関する普及・啓発活動を推進します。  
(国保・健康増進課)
- 市町が実施している健康診断に基づき、住民一人ひとりの健康状態に応じた栄養や運動の指導の充実に市町と連携して推進します。  
(国保・健康増進課)
- 各地域における糖尿病の集いや健康まつりなどを通して、生活習慣病予防、むし歯や歯周病予防、サプリメント<sup>※</sup>などに関する正しい知識の普及を推進します。  
(国保・健康増進課)



栄養士会の活動

- 学校・幼稚園・保育所・事業所等の給食施設を対象に、巡回指導や給食関係者研修会を実施し、各施設における栄養管理状況の向上及び食育推進を支援します。  
(こども未来課、学事振興課、長寿社会課、国保・健康増進課、体育保健課)

## (6) 食品関連事業者等による食育推進

- 飲食店、弁当等製造販売店、旅館、ホテル等の食事提供施設での、健康づくりに関する情報発信の機会を増やし、施設利用者の健康づくりへの関心を高めるため、「健康づくり応援の店<sup>※</sup>」の登録を推進します。  
(国保・健康増進課)
- 職場の食堂等において、より一層健康に配慮したメニューの提供や栄養食生活等に関する情報提供がなされるよう、市町、関係団体と連携して支援します。  
(国保・健康増進課)
- お口の状態や機能にあった食形態及び栄養や噛むことなどを考えた調理の普及を促進し、調理師会や歯科衛生士会等の関係機関と連携を図ります。  
(国保・健康増進課)



長崎県健康づくり応援の店ステッカー

## 取組事例

### 音楽で食べ物の大切さを伝える (スナッピーズ)

旬の食材を使った親子料理教室を開催したり、田植えなど農作業体験をします。そして、毎年夏には食育フェスティバルを開催し、『いのちの歌』などの曲を使った劇を、手作りの台本でメンバーの子どもたちが演じます。食べ物の大切さを知識として教えるのではなく、音楽と共に子どもたちの心に直に伝えようという、試みです。毎年新しい曲が加わり、今年は「おむすびの歌」ができました。



ホームページは <http://www15.ocn.ne.jp/~snappys>

## 目 標

※県民健康・栄養調査（H. 18 実施）で把握

	指 標	基礎	H18	H19	H20	H21	H22
1	「食事バランスガイド」などを参考に食生活を送っている県民の割合	※	→				
2	メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）を認知している県民の割合の増加	※	→				
3	野菜摂取量（日平均摂取量）の増加（成人）	241.1g (H13)	→				350g 以上
4	食育推進関係者研修会（人）	22回 1,586人	30回 1,670	30回 1,670	30回 1,670	30回 1,670	30回 1,670
5	健康づくり応援の店登録件数	120店 (H17)	→				850店

## コラム

### <メタボリックシンドローム>

「肥満（内臓脂肪型肥満）」の人が「糖尿」「高血圧」「高脂血症」といった生活習慣病となる危険因子を軽度でも2つ以上あわせ持っている状態をいいます。

あなたは「メタボリックシンドローム」ではありませんか？

#### メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）

##### 診断基準

##### 1 肥満チェック

- ウエストサイズ  
男性 85cm以上  
女性 90cm以上

+

##### 2 血糖値チェック

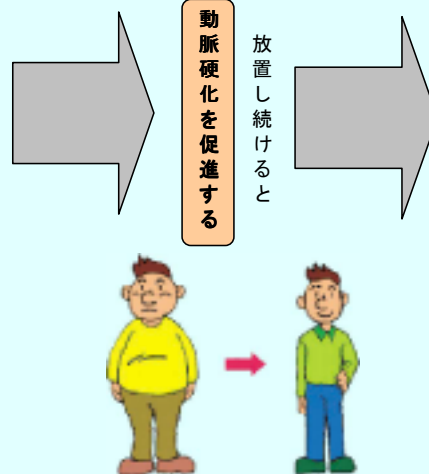
- 空腹時血糖値 110mg/dL以上

##### 3 血圧値チェック

- 血圧 130mmHg以上または最小が85mmHg以上

##### 4 血清脂質値チェック

- 中性脂肪 150mg/dL以上または、HDLコレステロール 40mg/dL未満の2項目以上



#### 4 生産者と消費者との交流の促進

- 生産者と消費者との交流は、食への感謝の心や大切さを学ぶ絶好の機会です。また、体験活動や地産地消を通して、農林漁業や地域産業への理解と関心を深めることは、地域の活性化と生産性の向上に大きな成果が期待できます。
- 生産者と消費者との信頼関係を築き、県民の食に関する理解と関心を深めるため、
  - (1) 都市と農山漁村の共生・対流の促進
  - (2) 農林漁業者等による食育推進
  - (3) 地産地消の推進
  - (4) 食品リサイクル<sup>※</sup>の推進

などの施策の推進に努めるものとします。

##### (1) 都市と農山漁村の共生・対流の促進

- グリーン・ツーリズム<sup>※</sup>やブルー・ツーリズム<sup>※</sup>を通じた都市住民と農林漁業者との交流を促進するため、各種イベントやメディア等を通じた都市住民への農山漁村の情報提供や農山漁村での受け入れ体制の整備等を推進します。(漁政課、農政課)
- 子どもたちの食に関する理解と関心を高め、感謝の念を深めるために、修学旅行等を活用した子どもたちの農林漁業農山漁村体験活動の受け入れを整備し、都市と農山漁村交流の推進を図ります。(漁政課、農政課)
- 子どもや保護者を対象に、種まきから収穫、調理、飲食までの農業体験や牧場、乳業工場での酪農体験等を実施するなどの活動を実施して、食への関心と理解を高め、感謝の念を育む交流を関係団体が連携して推進します。(農政課、畜産課)



子どもたちの田植え体験

- 食料の生産から消費に対する消費者の関心と理解を深めるため、地域の実情に応じたパンフレット等を作成・配布するとともに、出前講座やイベント等による情報提供を推進します。(物産流通推進本部、水産振興課、農政課)

##### (2) 農林漁業者等による食育推進

- 農林漁業関係者と学校、幼稚園、保育所等の教育関係者が連携して、農林漁業に関する多様な体験を積極的に実施します。(水産振興課、農政課、畜産課)

- 消費者を対象に、「見て、触って、実感してもらう」牧場での酪農体験等を関係機関が連携して実施し、生産者と消費者の相互理解の醸成と交流の促進を図ります。（畜産課）

- 児童・生徒や教職員を対象に、魚をさばく、おろすなどの体験を通じて魚への関心を高める魚料理教室の実施を関係機関が連携して支援します。（水産振興課）



子どもを対象にした魚料理教室

### （３）地産地消の推進

- 地産地消計画に基づき、市町、関係団体等と連携して、地産地消の推進を充実強化します。（農政課）
- 地産地消活動の核となる人材の育成、関係者のネットワークづくり、情報提供の強化等を推進するとともに、地産地消の核となる直売施設や消費者との交流施設の整備等を推進します。（農政課、農業経営課）
- 各種イベントを通して、長崎の農林水産物のPR、県産品を活用した料理コンクール、生産者と消費者との交流などを行い、県産品愛用の促進を図ります。（観光振興推進本部、物産流通推進本部、水産振興課、農政課）
- 地域水産物利用促進のため、漁業、加工業、観光協会、旅館組合、消費者団体などで構成するネットワーク会議において、地域水産物の利用促進等の検討を行うとともに、旅館、直売所、郷土料理店等への支援を行います。（水産振興課）
- 生産者と消費者の交流を通して、生産現場における土づくりから収穫までのプロセスや、安全に対する共通理解を深める活動への支援により、県農産物の利用を促進します。（農政課、農産園芸課）
- 児童・生徒や教職員を対象に、関係団体が連携し、魚食講習会、魚食料理実習等を実施し、地域水産物利用を推進します。（水産振興課）
- 県内の百貨店、スーパーマーケット等において県内各地の生鮮農水産物、加工品のPR販売を行うとともに、直売所や加工グループの情報提供を充実・強化し、県民への県産品愛用、地産地消の推進を図ります。（物産流通推進本部）
- 農水産物直売所の旬やイベント情報、朝市、農水産加工品、郷土料理レシピなどの情報をホームページに掲載し、消費者への情報提供を推進します。（水産振興課、農業経営課）



- モデル農産物直売所を中心に技術面・運営面で重点的な支援を実施し、「安全・安心」「新鮮」「品揃え」などの消費者ニーズに対応した直売所の充実・強化を推進します。（農業経営課）
- 県内産の牛乳、食肉、鶏卵、きのこ類等の県内での消費拡大を図るため、関係団体と連携して、供給体制を整備し、県内での消費拡大のためのPR等を実施します。（畜産課、林務課）



農産物等の直売所風景

#### （４）食品リサイクルの推進

- 食品リサイクルに関する食品関連事業者や消費者の理解を深めるため、食品リサイクルの必要性等を普及啓発するためのパンフレット等を作成・配布するとともに、セミナー等の開催を推進します。（農産園芸課）
- 家庭や外食産業、食品産業における食品廃棄物の発生量や再生利用等の状況を国や市町と連携をとりながら把握し、食品残渣の再資源化を促進していきます。（廃棄物・リサイクル対策課、農産園芸課）

### 取組事例

#### 都市と農山漁村の交流の

#### テーマは「食と農」（西海市）

「稲刈り、そばうち、炭焼き・・・子供の頃のあの懐かしいシーンにもう一度会いに来ませんか」と呼びかけるのは西海市でグリーン・ツーリズムに取り組む農林漁家のみなさん。

田舎での様々な体験を通じて、その地域の文化を知り、食の大切さ、命の尊さを実感出来る体験メニューが盛りだくさんです。

特に、18年2月には、5軒の農家が「農林漁業体験民宿」の許可を取得。収穫体験を始め、郷土料理づくりなど農家生活を宿泊体験できるようになりました。

マチでは味わえない田舎での体験は、食のルーツを知り、農家の知恵と技を知ってもらう良い機会となっています。



## 取組事例

### 魚のすくいどり・つかみどり体験 長崎・佐世保・松浦魚市場協会

長崎・佐世保・松浦の魚市場のさかなまつりでは、子供たちを対象に、魚のすくいどり・つかみどりのイベントを開催しています。

ふだん魚に触れる機会の少ない子供たちが生き生きと魚と触れ合っています。



### 魚調理講習会の開催 長崎・佐世保・松浦魚市場協会

長崎・佐世保・松浦魚市場協会では、魚食普及の一環として、児童・生徒等を対象に魚のさばき方講習会を開催しています。また、栄養士による魚の栄養の学習も併せておこなっています。

## 目 標

	指 標	基礎	H18	H19	H20	H21	H22
1	学校給食への地元食材供給組織の構築数（組織）	14 (H17)	16	18	20	22	24
2	グリーン・ツーリズム等農林漁業者等による受入組織数（延）	22 (H17)	22	26	29	32	35

### コラム < 身土不二(しんどふじ) >

食の信条として、また思想として用いられている言葉で、身体（身）と環境（土）とは不可分（不二）であるとし、身近なところ（一里四方、三里四方、四里四方など）で育ったものを食べ、生活するのがよいとする考え方です。「身土不二」が初めて文献として登場したのは、中国の仏教書「廬山蓮宗寶鑑（ろざんれんしゅうほうかん1305年）」で、仏教界では「しんどふに」と読みます。

身土不二とは、「人と土は一体である」「人の命と健康は食べ物で支えられ、食べ物は土が育てる。故に、人の命と健康はその土と共にある。」という捉え方です。

## 5 ながさきの食文化継承のための活動の推進

- 食文化はその地域ならではの大事な宝であり、食へのこだわりや地域の活性化にとっても貴重な資源です。  
日本型食生活の減少や、食の外部化が進展する中で、家庭や地域において継承されてきた食文化が失われつつあります。
- 地域に伝わる優れた食文化を継承するため、
  - (1) ボランティア活動への支援
  - (2) 学校給食における郷土料理等の積極的な導入
  - (3) 食文化に関する知識の普及及び情報提供

などの施策の推進に努めるものとします。

### (1) ボランティア活動への支援

- ボランティアグループが学校、幼稚園、保育所、地域等で行う郷土料理や伝統ある食文化の普及と継承活動を、市町と連携して支援します。  
(こども未来課、国保・健康増進課、水産振興課、農政課、義務教育課、体育保健課)



ボランティアグループによる活動

### (2) 学校給食における郷土料理等の積極的な導入

- 学校給食において、郷土料理や伝統的な食文化を継承した献立を取り入れ、児童、生徒へ地域の食文化の伝承や食を通しての郷土の学習を推進します。  
(体育保健課)

### (3) 食文化に関する知識の普及及び情報提供



食生活改善推進員と小学生の料理教室

- 地域の食文化等に精通した高齢者等を積極的に活用し、各種イベントやシンポジウムにおいて、地域の伝統ある食文化、郷土料理や伝統料理等の紹介や体験を盛り込み、多くの県民がこれらに触れる機会の提供を図ります。  
(国保・健康増進課、水産振興課、農政課)

- 生産者と消費者が交流する各種イベントを通して、地元食材のPR、郷土料理、地元の特長ある食材を活用した料理等のPRを行います。  
(物産流通推進本部、水産振興課、農政課、農産園芸課、畜産課、林務課)
- 郷土料理に関する情報をホームページで提供します。(食品安全推進室)
- 長崎の豊かな食文化の醸成を図るため、料理教室や体験活動、各種イベント等において専門調理師等の活用を図ります。(食品安全推進室、国保・健康増進課)
- 地元食材を活用した創作料理への取組みと飲食店でのメニュー化、旬の食材を使った料理の提供など、長崎ならではの「食(味)」を活かした様々な取組みを実施し、豊かな食文化の発信と食の観光を推進します。  
(観光振興推進本部)

## 取組事例

### 一人暮らしをする前に～高校3年生に郷土料理の伝承 (小値賀町)

「ふるさとの味・かーちゃんの味つたえよう会」は、食育の観点から「地産地消」を推進し、小値賀の食材を利用した郷土料理や創作料理の伝承と普及に取り組んでいます。

特に、卒業後ほとんどが島外に出て行く高校3年生を対象とした講習会は、「一人暮らしで、食事に苦労しないように。また、郷土の味を忘れないように」と開催されました。

生徒たちからは「小値賀の食材はホントにおいしく、この町で育ったことを誇りに思います。ふるさとの味を胸に刻み込み、小値賀を離れてもがんばっていきたい」と、感謝の手紙が届けられました。



## 目 標

※平成 18 年 4 月に各学校へ配布

	指 標	基礎	H 1 8	H 1 9	H 2 0	H 2 1	H 2 2
1	「長崎県の郷土料理と地場産物を使った学校給食（レシピ集）」の活用率	※	→				100%
2	「旬の味体験フェア」提供食数	4,409人 (H17)	21,000	21,000	21,000	21,000	21,000
3	「ながさき食談」参加者数	318人 (H17)	300	300	300	300	300
4	よい食生活をすすめるためのグループ講習会に参加する人数 (地域の食文化や郷土料理の伝承)	3,679人 (H17)	3,800	3,800	3,800	3,800	3,800

### コラム < 卓袱料理 >

卓袱の語源は、本来東京（とんきん）語の卓の意味であるが、今では卓上の料理そのものを指す。

1600年頃より渡来した唐人は唐人屋敷完成までの約80年のあいだ町屋に雑居していたが、その間に唐風料理を伝えた。

長崎における唐風料理は、長崎の家庭食に取り入れられた唐風料理と唐人屋敷における唐料理の二つの流れが考えられ、長崎人はそれらを卓袱と総称した。

食卓は円形、長方形の2種あるが、普通6~7人が朱塗りの円卓を囲んで座り、現在の卓袱はお吸い物に始まり、唐風、和風、南蛮風料理がコースの順にしたがって人数分だけいろいろの皿に盛り出されてくる。

各人は2枚の取皿を上手にを使って食べるわけだが、料理に魚菜を用いるもの、野菜のみの2種あるが代表的料理は次のようなものである。

一般的な献立をみると、お膳（吸物）、小菜（さしみ）、小菜（湯引き）、小菜（口取り）、小菜盛（香の物）、中鉢（豚角煮）、大鉢、煮物（スープ仕立）、ご飯、水菓子（果物）、梅椀（しるこ）の順に食卓に運ばれる。

（長崎県ホームページ 美味旬採 長崎県 特産品オンラインカタログから抜粋）



（卓袱料理）

## 6 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供

- 近年、食品の安全性に対する関心の高まりとともに、食に関する情報の氾濫により、正しい情報を適切に選別活用できない状況も見受けられます。健全な食生活を実践するためには、食品の安全・栄養・食習慣・食文化などの食生活に関する正しい知識を持ち、自らの判断で食を選択することが大切です。
- 県民の適切な食生活の選択に資するとともに、食生活に関する情報を適時・適切に提供するため、
  - (1) リスクコミュニケーション※の充実
  - (2) 食品の安全性や栄養等に関する情報提供
  - (3) 基礎的な調査・研究の実施

などの施策の推進に努めるものとします。

### (1) リスクコミュニケーションの充実

- 食品の安全性に関する知識と理解を深め、消費者、食品関連事業者及び行政間の相互理解を促進するため、関係者相互間の情報及び意見の交換を行い、食品の安全・安心に関する情報を共有するとともに、提案された意見を食品の安全・安心対策に反映します。(食品安全推進室)



食品の安全・安心リスクコミュニケーション

### (2) 食品の安全性や栄養等に関する情報提供



消費生活センターによる親子で学習する食品添加物学習会

- 食品の安全性に関する様々な情報を県民が入手できるように、パンフレットやホームページ等を通じて県民にわかりやすい形で情報提供を行います。(食品安全推進室)
- 生活習慣病を予防し、健康な生活を確保するため、「健康ながさき21」※による健康づくりとして、ホームページやイベント等を通じて県民健康・栄養調査結果等に基づく食生活の改善に必要な情報の普及啓発を図ります。(国保・健康増進課)

### (3) 基礎的な調査・研究の実施

- 県民の栄養状況、健康状態、健康づくりに対する意識等の実態を把握し、県民の食生活改善、疾病予防及び健康づくり対策の推進に必要な基礎資料を整備し、県民の健康増進の総合的な推進を図るため、県民健康・栄養調査を実施します。(国保・健康増進課)

- 近年増加している子どもの肥満や糖尿病等の生活習慣病を効果的に予防するために、食生活や栄養と健康に関する科学的根拠の蓄積が必要であることから、大学をはじめ関係研究機関と連携しつつ、様々な分野にわたるデータの総合的な情報収集や解析等を推進し、その成果を公表します。

(こども未来課、こども家庭課、学事振興課、国保・健康増進課、体育保健課)

- 総合農林試験場、総合水産試験場、衛生公害研究所等において、農水産物等の生産・加工段階等における安全性を高めるための調査や技術開発を行います。

(科学技術振興課)

## 目 標

	指 標	基礎	H18	H19	H20	H21	H22
1	食品の安全・安心リスクコミュニケーションの開催地区数	9地区(H17)	9	9	-	-	-

### コラム <フードマイレージ>

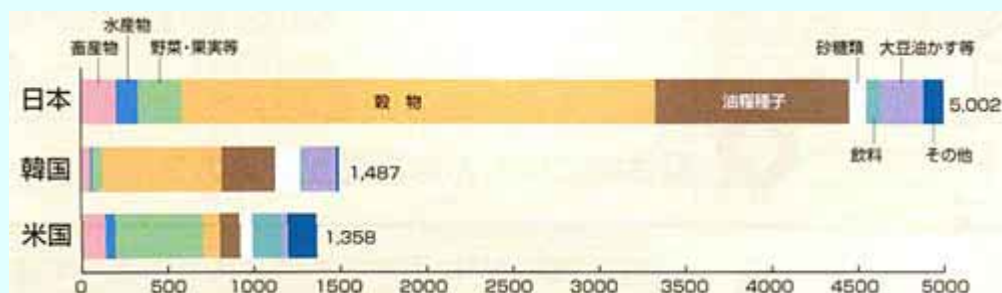
(食育マニュアル(財)食生活情報サービスセンター)から抜粋)

フードマイルという言葉は、イギリスのティム・ラング氏が、1994年に提唱した運動に由来します。具体的には、食料の生産地から消費地までの距離に着目し、なるべく近くでとれた食料を食べることで、輸送に伴うエネルギーを出来るだけ減らし、環境への負荷を軽減しようという運動です。

平成12年の農林水産政策研究所での試算によると、我が国の総マイレージは5,000億トン・キロメートルになっています。

■図 フードマイレージの試算(平成12年) (資料:農林水産省「食と農のQ&A」)

$$\text{フード・マイレージ (t・km(トン・キロメートル))} = \text{輸入相手国別の食料輸入量} \times \text{輸出国から日本までの輸送距離}$$



## 7 食育推進県民運動の展開

- 食育の理解と関心を深めていくには、県民運動として、様々な取り組みを行っていく必要があります。この食育推進運動は行政や教育機関、生産者などの関係者や関係団体をはじめ、県民一人ひとりの理解と実践によって展開されるものです。
- 食育推進の全県的な展開と関係者相互間の連携・協力を図り、食育を県民運動として展開するため、
  - (1) 食育月間における取組の促進
  - (2) 継続的な食育推進運動
  - (3) 各種団体等との連携・協力体制の確立
  - (4) 民間の取組に対する表彰の実施
  - (5) 県民運動に資する情報提供
  - (6) 食育に関する県民の理解の増進

などの施策の推進に努めるものとします。

### (1) 食育月間における取組の促進

- 6月の「食育月間」において、市町、関係団体と連携し、食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、県民への食育の周知と定着を図ります。  
(食品安全推進室、国保・健康増進課、水産振興課、農政課)

### (2) 継続的な食育推進運動

- 県内各地で食育推進を県民運動として推進するため、各市町において推進計画が作成・実施されるよう、県は助言や情報提供等を行います。  
(食品安全推進室)
- 食育の考え方が広く県民に認識されるよう、様々な機会を捉えて広報啓発活動を継続的に実施します。  
(食品安全推進室、国保・健康増進課、水産振興課、農政課)
- 「親子でチャレンジ 早寝・早起き・朝ごはん」「家族一緒にごはんを食べよう」などのキャッチフレーズを定め、食育の機運の醸成を図ります。  
(こども未来課、食品安全推進室、国保・健康増進課、農政課、生涯学習課)

### (3) 各種団体等との連携・協力体制の確立

- 地域の特性を生かし、地域における関係者のネットワーク化と連携・協働体制を、市町、関係団体と連携して確立し、食育推進を県民運動として展開します。  
(食品安全推進室)



食育月間ポスター



- 県内各地で食育推進活動に取り組んでいる個人及び団体を登録し、食育に取り組む環境を整備します。

(食品安全推進室、国保・健康増進課、水産振興課、農政課、生涯学習課)

- 食に関する様々な分野で実施されているボランティア活動に対して支援を行うとともに、新たなボランティア活動の育成を行います。

(県民協働推進室、食品安全推進室、国保・健康増進課、農政課)

- 食育勉強会、料理教室、体験学習など食育推進のための事業について、関係団体が相互に連携・協働して実施します。

(食品安全推進室、国保・健康増進課、水産振興課、農政課、畜産課)

#### (4) 民間の取組に対する表彰の実施

- 民間の団体等が自発的に行う食育に関する活動が県内各地で展開され、関係者間の情報共有が促進されるよう、民間の食育活動に関する表彰を行います。

(食品安全推進室、国保・健康増進課)

#### (5) 県民運動に資する情報提供

- 県民の食育に対する関心と理解を深めるとともに、食育に関する施策、推進計画の進捗状況、取組状況など必要な情報を入手することができるよう、総合的な情報提供に努めます。

(食品安全推進室、国保・健康増進課、水産振興課、農政課)

- 各地で創意工夫を凝らしながら食育を推進して成果を挙げている事例や手法を収集し、その情報提供に努めます。

(食品安全推進室、国保・健康増進課、水産振興課、農政課)



ボランティア団体が作成した音楽CD

## (6) 食育に関する県民の理解の増進

- 食育の意義や必要性等について広く県民の理解を深め、一人でも多くの県民が自ら食育に関する活動を実践できるよう、イベント等様々な機会を活用して啓発活動を推進します。

(食品安全推進室、国保・健康増進課、水産振興課、農政課、生涯学習課)

### 取組事例

#### 子ども達だけの「土曜学級」の開催 (長崎県佐々町食生活改善推進協議会)

佐々町では、教育委員会と町の食生活改善推進協議会が協力して、「土曜学級」を開催しています。

この教室には、小学生の子ども達だけが参加し、包丁の使い方はもちろん、魚のおろし方やごまのすり方などいろいろなことを1年間かけて体験します。

参加した子ども達は、協力しあいながらたいへん積極的にその日のメニューを仕上げていきます。



### 目 標

※県民健康・栄養調査 (H. 18実施) で把握

	指 標	基礎	H 1 8	H 1 9	H 2 0	H 2 1	H 2 2
1	食育推進計画を策定している市町数 (%)	0 (H18)	→				100%
2	市町食育推進会議の設置割合 (%)	0	→				100%
3	食育の推進に関わるボランティアの数の増加 (%)	4,088 人 (H. 18)	→				4,905 人
4	食育に関心をもっている県民の割合の増加 (%)	※	→				

コラム <栄養のは・な・し>

組み合わせで食べることの大切さ



私たちのからだは少しずつ作りかえられ新しくなっています。食べ物を食べることによって、遊んだり、勉強したりするための力（エネルギー）を作り出したり、いつもびちびちしたからだでいられるようからだの成分を作り出しているのです。その食べ物に含まれている成分（栄養素）はそれぞれはたらきが違うので、いろいろな食品を組み合わせる食べることが大切です。特に成長、発育の盛んな皆さんは、好き嫌いなく、バランスよく食べるようにこころがけましょう。



(長崎県・長崎県食生活改善推進連絡協議会発行「親子で COOKING」から抜粋)



## 第3章

### 食育の進め方

## 第1節

### 長崎県食育推進県民会議

食育を県内一円に普及させるためには県民運動へと展開し、県民が一体となって推進することが重要です。

このため、健康・栄養関係者、教育関係者、消費者団体、生産者・事業者団体、学校給食関係者、地域活動団体、学識経験者、行政等で構成する長崎県食育推進県民会議により、食育の推進に関する重要事項について審議するとともに、食育推進に関する施策を県民運動として展開します。

また、本県の特性を生かし、県内における関係者のネットワーク化と連携・協働体制を確立し食育推進を県民運動として展開します。



第1回食育推進県民会議（平成18年5月16日開催）

## 第2節

### 長崎県食育推進会議

本推進計画に基づく食育に関する施策を効果的かつ計画的に推進するためには、庁内関係部局の緊密な連携と協力が不可欠です。

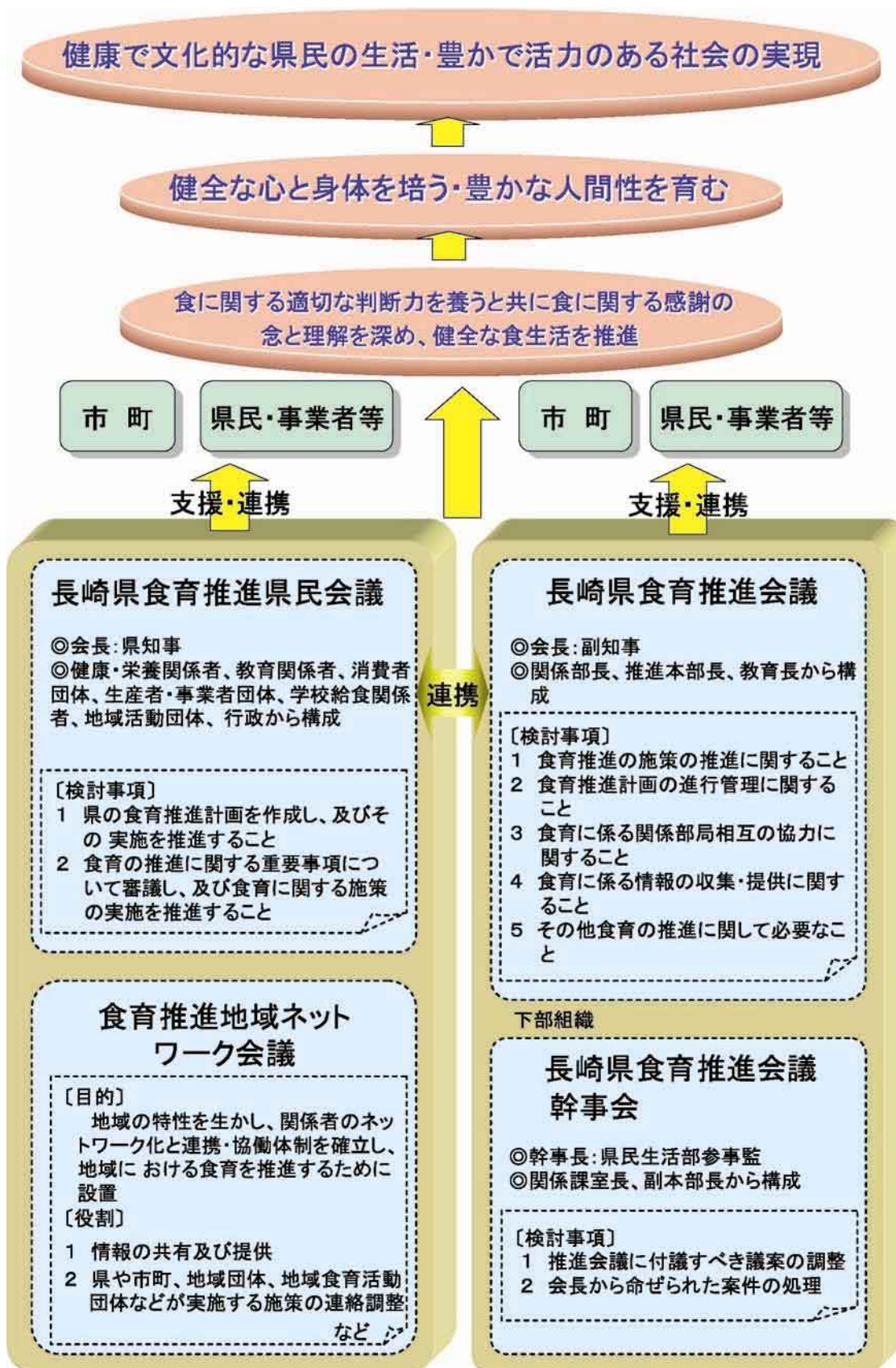
このため庁内組織として関係部局長及び教育長で構成する長崎県食育推進会議を設置し、食育に関する施策を効果的に推進するため、進捗状況や成果を評価、検証する場として位置づけます。

## 第3節

### 食育推進地域ネットワーク会議

地域の特性を生かし、関係者のネットワーク化と連携・協働体制を確立するため、各地区で食育に取り組む関係者や団体と行政等で構成する食育推進地域ネットワーク会議を設置し地域における食育を推進します。

# 推進体制







## 第 4 章

### 数值目標

## 1 家庭における食育の推進

	指 標	基礎	H18	H19	H20	H21	H22	備考
1	朝食を食べない小学5年生の割合	4.7% (H.14)					0%	長崎県教育センター (平成14年11月調査)
2	朝食を食べない中学2年生の割合	6.6% (H.14)					3.3% 以下	長崎県教育センター (平成14年11月調査)
3	肥満者(BMI 25以上) (20~60歳代男性)	27.5% (H.13)					20% 以下	健康ながさき21目標値
4	肥満者(BMI 25以上) (40~60歳代女性)	21.5% (H.13)					15% 以下	健康ながさき21目標値
5	やせの者(BMI 18.5未満) (20歳代女性)	20.1% (H.13)					15% 以下	健康ながさき21目標値
6	メタボリックシンドローム (内臓脂肪症候群) 予備群の推定数	※						※県民健康・栄養調査 (H18実施) で把握
7	メタボリックシンドローム (内臓脂肪症候群) 該当者の推定数	※						※県民健康・栄養調査 (H18実施) で把握
8	朝食の欠損率(幼児期)	※						※県民健康・栄養調査 (H18実施) で把握
9	朝食の欠損率(高校生)	※						※県民健康・栄養調査 (H18実施) で把握
10	朝食の欠損率(20歳代)	※						※県民健康・栄養調査 (H18実施) で把握
11	子どものためのよい食習慣の普及 活動参加数(人)	9,241 (H.17)	9,500	9,500	9,500	9,500	9,500	(財)日本食生活協会受託 事業

## 2 学校、幼稚園、保育所等における食育の推進

	指 標	基礎	H18	H19	H20	H21	H22	備考
1	「学校における食育指導資料集」の活用率	※					100%	※平成18年4月に各 学校へ配付
2	健康教育推進研修会(人)	160	160	160	160	160	160	対象者: 学校給食関 係者
3	県立学校栄養士・調理員等研修会(人)	70	70	70	70	70	70	

	指 標	基礎	H18	H19	H20	H21	H22	備考
4	学校給食研究協議大会（人）	400	400	400	400	400	400	
5	学校給食における県内産品を使用する割合(重量比)	65%	65%以上	65%以上	65%以上	65%以上	65%以上	
6	地場産品使用推進週間の実施市町数	32	23	23	23	23	23	H. 18. 3末現在の市町数は23

### 3 地域における食生活改善のための取組の推進

	指 標	基礎	H18	H19	H20	H21	H22	備考
1	「食事バランスガイド」などを参考に食生活を送っている県民の割合	※						※県民健康・栄養調査（H18実施）で把握
2	メタリックシンドローム（内臓脂肪症候群）を認知している県民の割合の増加	※						※県民健康・栄養調査（H18実施）で把握
3	野菜摂取量（1日平均摂取量）の増加（成人）	241.1g (H. 13)					350g 以上	健康ながさき21目標値
4	食育推進関係者研修会（人）	22回 1,586	30回 1,670	30回 1,670	30回 1,670	30回 1,670	30回 1,670	対象者：行政に携わる栄養士、調理師、食生活改善推進員
5	健康づくり応援の店登録件数	120店 (H. 17)					850店	健康ながさき21目標値

### 4 生産者と消費者の交流の促進

	指 標	基礎	H18	H19	H20	H21	H22	備考
1	学校給食への地元食材供給組織の構築数（組織）	14 (H. 17)	16	18	20	22	24	
2	グリーン・ツーリズム等に係る農林漁業者等による受入組織数（延）	22 (H. 17)	22	26	29	32	35	

## 5 ながさきの食文化継承のための活動の推進

	指 標	基礎	H18	H19	H20	H21	H22	備考
1	「長崎県の郷土料理と地場産物を使った学校給食（レシピ集）」の活用率	※					100%	※平成18年4月に各学校へ配付
2	「旬の味体験フェア」提供食数	4,409人 (H.17)	21,000	21,000	21,000	21,000	21,000	
3	「ながさき食談」参加者数	318人 (H.17)	300	300	300	300	300	
4	よい食生活をすすめるためのグループ講習会に参加する人数 (地域の食文化や郷土料理の伝承)	3,679人 (H.17)	3,800	3,800	3,800	3,800	3,800	(財)日本食生活協会受託事業「よい食生活をすすめるためのグループ講習会」

## 6 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供

	指標	基礎	H18	H19	H20	H21	H22	備考
1	食品の安全・安心リスクコミュニケーションの開催地区数	9地区 (H.17)	9	9	-	-	-	

## 7 食育推進県民運動の展開

	指 標	基礎	H18	H19	H20	H21	H22	備考
1	食育推進計画を策定している市町数 (%)	0 (H.18)					100%	
2	市町食育推進会議の設置割合 (%)	0					100%	
3	食育の推進に関わるボランティアの数の増加 (%)	4,088人 (H.18)					4,905人	現状値の20%以上の増加をめざす
4	食育に関心をもっている県民の割合の増加 (%)	※						※県民健康・栄養調査(H.18で実施)で把握

## 参 考 資 料

- 資料 1 食をめぐる現状と課題
- 資料 2 長崎県食育推進県民会議条例
- 資料 3 長崎県食育推進会議設置要綱
- 資料 4 長崎県食育推進計画の検討経過
- 資料 5 用語の解説

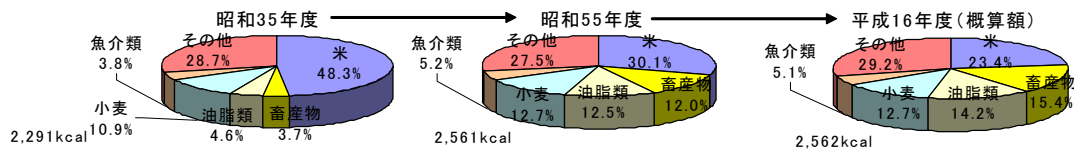
## 資料 1 食をめぐる現状と課題

### 1 食生活と健康

#### <食生活の変化>

日本の食料消費に占める米、畜産物、油脂類の構成比は、日本の気候・風土に適し自給可能な米の消費が減少する一方で、これに代替して畜産物や油脂類の消費が増大するという形で変化してきました。

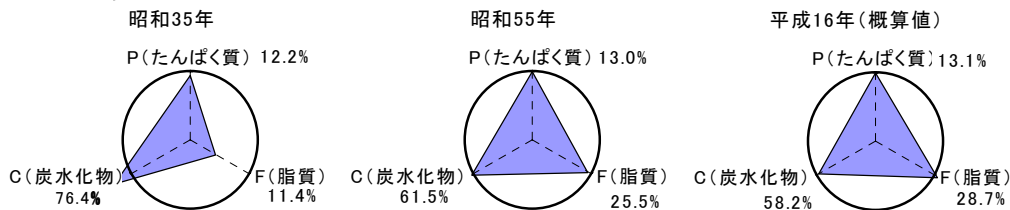
#### ○食料消費割合の変化(1人1日当たり:供給熱量ベース)



資料:農林水産省「食糧需給表」を改変

#### <日本型食生活>

#### ○栄養バランスの変化



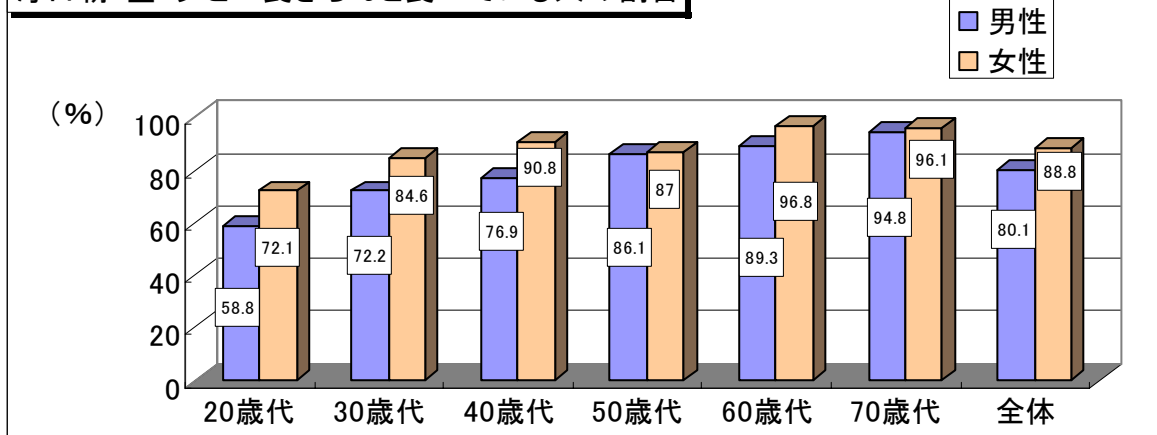
資料:農林水産省「食糧需給表」を改変

注:適正比率は、食料・農業・農村基本計画における平成22年度の目標値P(たんぱく質)13%、F(脂質)27%、C(炭水化物)60%

#### <不規則な食生活>

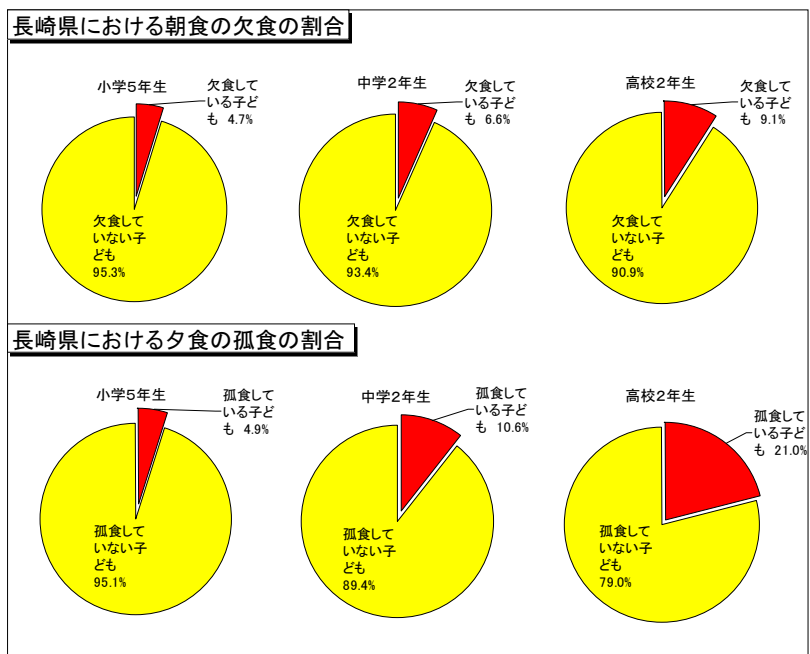
○平成16年度の長崎県の生活習慣状況調査によると、「あなたは毎日、朝、昼、夕の三食をきちんと食べるように心がけていますか」の問いに「はい」と回答した人は、若い人ほど少なくなっています。特に、20歳代では男性の4割以上、女性の3割弱が不規則な食生活をしています。

#### 毎日朝・昼・夕と三食きちんと食べている人の割合



資料:生活習慣状況調査の結果(平成16年度長崎県調査)

○平成 14 年 11 月の長崎県教育センター調査結果によると、長崎県の児童生徒の朝食の欠食、夕食の孤食の割合は、年齢が高くなるとともに高くなっています。



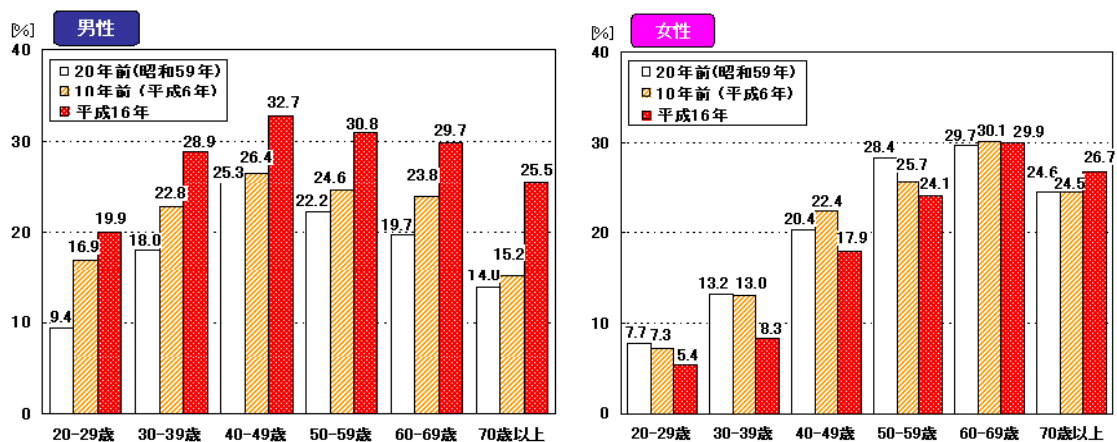
資料：長崎県児童生徒の社会性、規範意識に関する調査研究報告（平成 14 年 11 月 長崎県教育センター）

### <体型の状況>

平成 16 年の国民健康・栄養調査結果では、男性は、いずれの年齢層においても、肥満者の割合が 20 年前(昭和 59 年)、10 年前(平成 6 年)に比べて増加しており、30～60 歳代男性の約 3 割が肥満と判断されます。

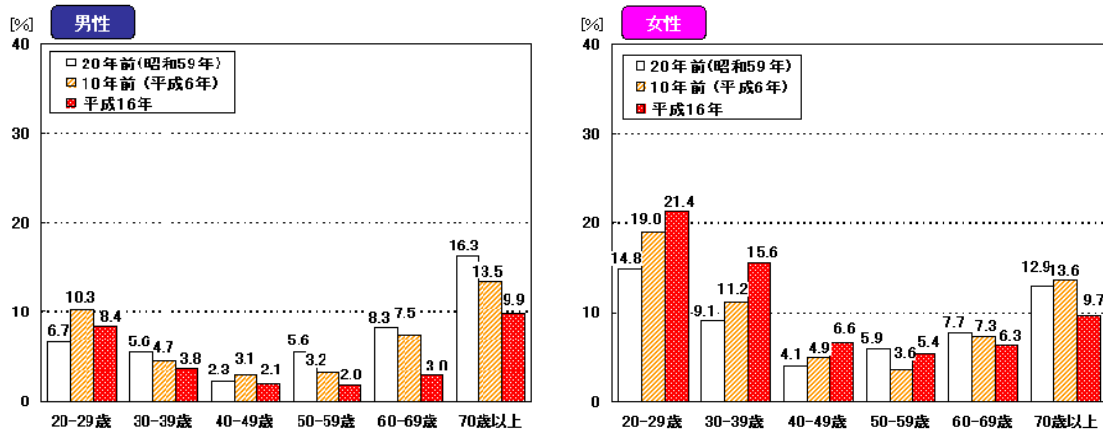
女性は、20～40 歳代で低体重（やせ）が増加しており、20 歳代の約 2 割が低体重（やせ）と判断されます。

### 肥満者 (BMI ≥ 25) の割合 (20 歳以上)



資料：平成 16 年 国民健康・栄養調査結果の概要

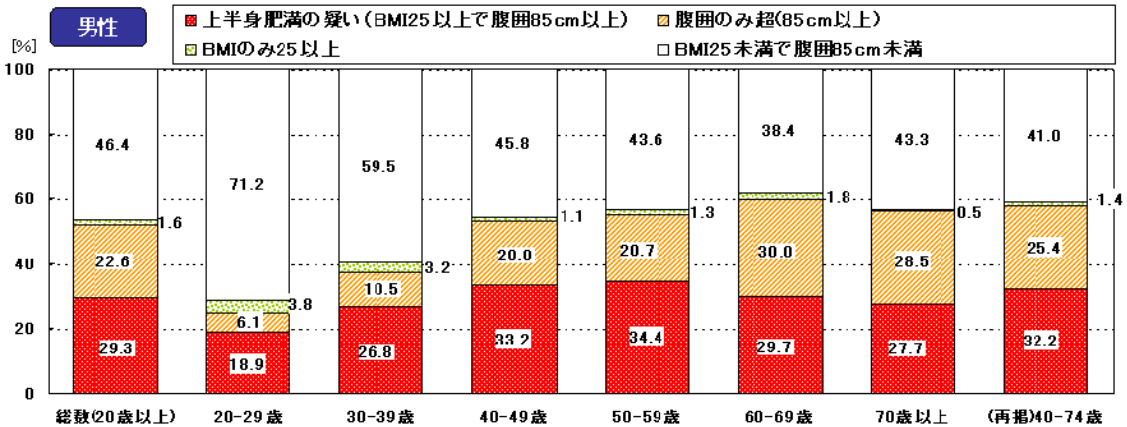
### 低体重(やせ)の者(BMI<18.5)の割合(20歳以上)



資料：平成16年 国民健康・栄養調査結果の概要

肥満度：BMI(Body Mass Index)を用いて判定  
 $BMI = \text{体重}[\text{kg}] / (\text{身長}[\text{m}])^2$  により算出  
 BMI < 18.5 低体重 (やせ)  
 $18.5 \leq BMI < 25$  普通体重 (正常)  
 BMI  $\geq 25$  肥満  
 (日本肥満学会肥満症診断基準検討委員会, 2000年)

### BMIと腹囲計測による肥満の状況(20歳以上)



資料：平成16年 国民健康・栄養調査結果の概要



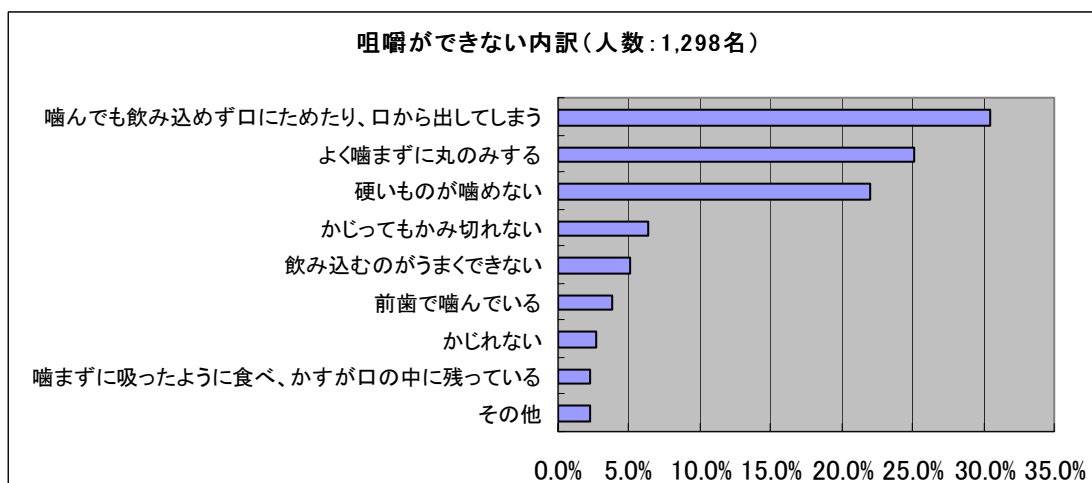
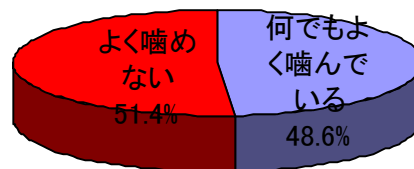
<口腔機能の調査>

対象：佐世保市における保育所入所児（平均3歳4ヶ月）の保護者へのアンケート調査

調査数：2,526名（回収率77.2%）

柔らかい食べものが普及する中で、よく噛んで食べるという乳幼児期の食習慣の形成が損なわれている状況が見受けられます。

子どもの食事のそしゃく状況  
(調査数:2,526名)



<3歳児う蝕※有病者全国順位>

長崎県はう蝕有病者の数では過去9年間ワースト10に位置し、全国的に見てむし歯が多い県といえます。

3歳児う蝕有病者全国順位

ワースト順位	H. 8	H. 9	H. 10	H. 11	H. 12	H. 13	H. 14	H. 15	H. 16
1	佐賀	佐賀	佐賀	佐賀	佐賀	沖縄	沖縄	沖縄	沖縄
2	秋田	長崎	宮崎	沖縄	沖縄	宮崎	青森	青森	青森
3	宮崎	青森	青森	青森	宮崎	青森	宮崎	福島	福島
4	山形	山形	長崎	宮崎	長崎	佐賀	佐賀	宮崎	佐賀
5	長崎	沖縄	沖縄	山形	青森	福島	宮城	佐賀	宮崎
6	青森	宮城	山形	宮城	山形	山形	山形	山形	宮城
7	宮城	秋田	宮城	福島	宮城	宮城	長崎	秋田	秋田
8	鹿児島	鹿児島	秋田	長崎	福島	長崎	秋田	長崎	長崎
9	沖縄	宮崎	徳島	秋田	鹿児島	秋田	鹿児島	大分	山形
10	大分	福島	福島	徳島	秋田	大分	岩手	岩手	大分

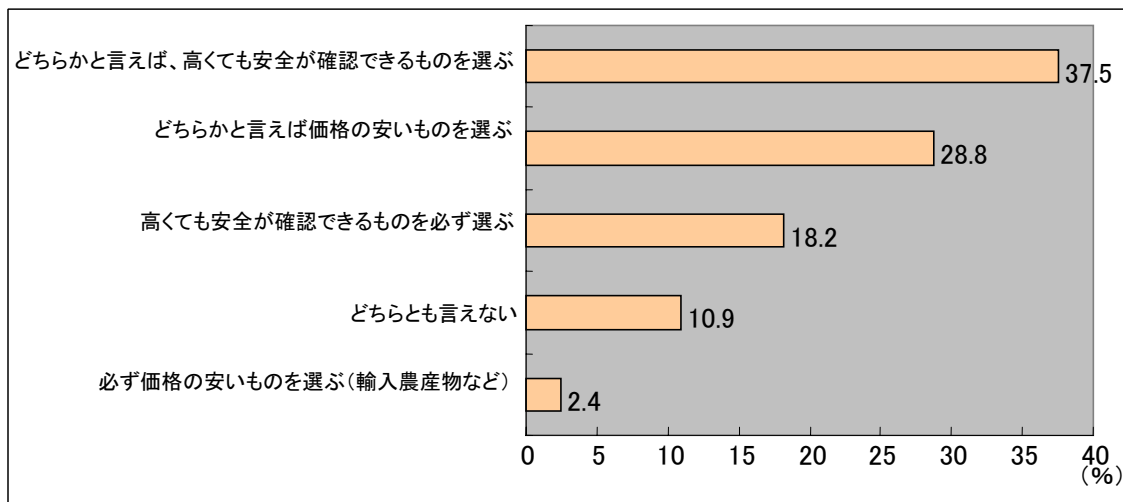
資料：H8～H16母子保健実績報告

## 2 「食」の安全上の問題

### <食品購入時における消費者の意識・関心>

平成16年3月に実施した長崎県県政世論調査によると、どちらかと言えば、高くても安全が確認できるものを選ぶ」が37.5%の最多であり、「どちらかと言えば価格の安いものを選ぶ」の28.8%がこれに続いています。「必ず価格の安いものを選ぶ」は2.4%と少なく、「必ず価格の安いものを選ぶ」と「どちらかと言えば価格の安いものを選ぶ」が合わせて31.2%を占めています。

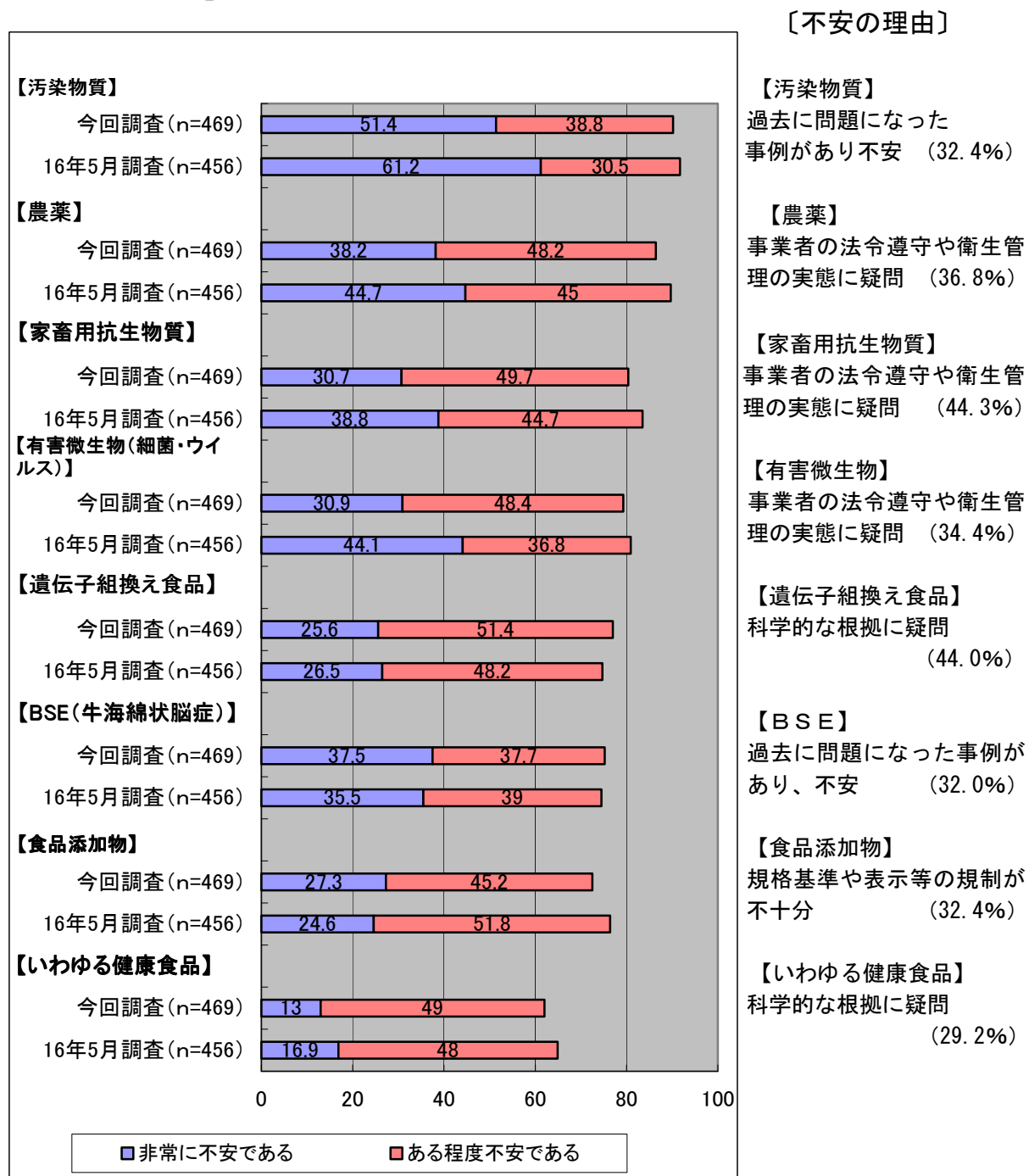
「高くても安全が確認できるものを必ず選ぶ」と「どちらかと言えば、高くても安全が確認できるものを選ぶ」が合わせて55.6%で、全般的には「価格」よりも「安全」が重視される傾向があります。



<食の安全性の観点から感じている不安の程度とその理由>

(今回調査で不安理由が第1位であったもの)

内閣府食品安全センターが平成17年5月実施した食の安全性に関する調査によると、「汚染物質」「農薬」に対して9割前後の人が不安を指摘。その理由としては、「過去に問題になった事例があり、不安」「事業者の法令遵守や衛生管理の実態に疑問」など。



資料：内閣府食品安全センター課題報告「食の安全性に関する意義等について」の結果（平成17年5月実施）

### 3 日本の食料自給率

#### <我が国の食料自給率>

我が国の食料自給率（カロリーベース）は、昭和40年度の73%から50年度には54%へと短期間に大きく低下しました。その後、ほぼ横ばいで推移しましたが、60年度以降再び大きく低下し、平成10年度には40%となり、それ以降は6年連続で40%と横ばいで推移しています。

#### 〔食料自給率とは〕

その国で消費される食料がどのくらい国内で生産されているかを示す指標です。

（注）畜産物については、輸入飼料に依存している分を除いています。

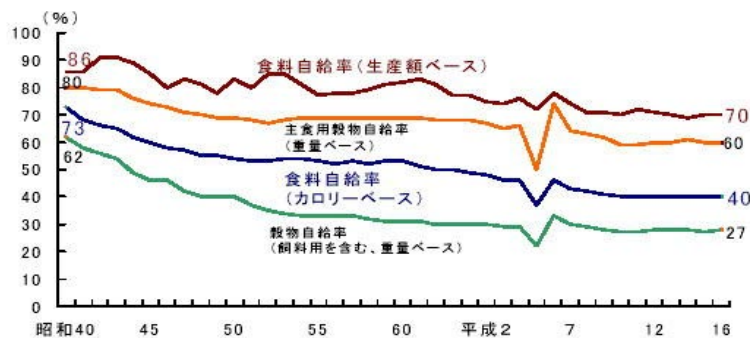
例：豚肉の自給率53%×豚の飼料自給率9.7%＝豚肉のカロリー自給率5%

$$\text{カロリーベースの食料自給率} = \frac{\text{国民一人1日当たりの国産熱量 (1,029 kcal)}}{\text{国民一人1日当たりの供給熱量 (2,588 kcal)}} \times 100 = 40\%$$

（注）畜産物及び加工食品については、輸入飼料及び輸入食品原料の額を除いています。

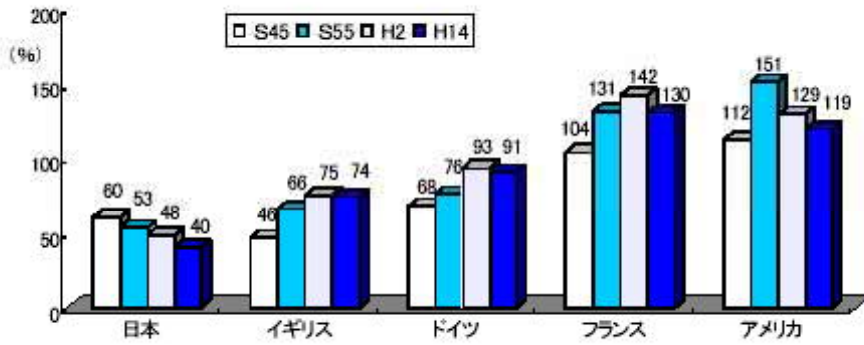
$$\text{生産額のベースの食料自給率} = \frac{\text{食料の国内生産額 (10.6兆円)}}{\text{食料の国内消費仕向額 (15.2兆円)}} \times 100 = 70\%$$

我が国の食料自給率の推移

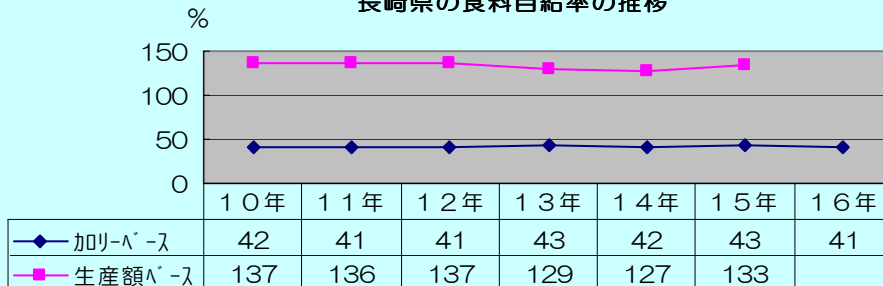


資料：「食料需給表」

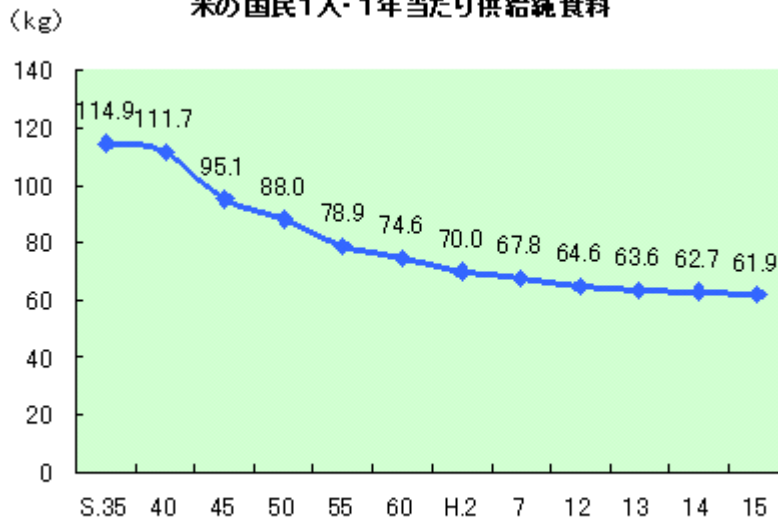
主要先進国の食料自給率（カロリーベース）



長崎県の食料自給率の推移



米の国民1人・1年当たり供給純食料



資料：農林水産省「平成15年度食料需給表」

## 資料 2 長崎県食育推進県民会議条例

長崎県食育推進県民会議条例（平成18年3月31日条例第15号）

（趣旨）

第1条 この条例は、食育基本法（平成17年法律第63号）第32条の規定に基づき、長崎県食育推進県民会議（以下「県民会議」という。）を置き、その組織及び運営に関し必要な事項を定めるものとする。

（所掌事務）

第2条 県民会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

- （1） 県の食育推進計画を作成し、及びその実施を推進すること。
- （2） 前号に掲げるもののほか、食育の推進に関する重要事項について審議し、及び食育に関する施策の実施を推進すること。

（組織）

第3条 県民会議は、会長及び委員30人以内をもって組織する。

（会長及び副会長）

第4条 会長は、知事をもって充て、会務を総理する。

- 2 会長を補佐するため副会長を置き、会長が委員の中から指名する。
- 3 会長に事故があるときは、副会長がその職務を代理する。

（委員）

第5条 委員は、食育に関して知識と経験を有する者及び関係行政機関の職員のうちから、知事が任命する。

- 2 委員の任期は、2年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。
- 3 委員は、再任されることができる。

（会議）

第6条 県民会議は、会長が招集する。

- 2 県民会議は、委員の過半数が出席しなければ、会議を開くことができない。
- 3 県民会議の議事は、出席した委員の過半数で決し、可否同数のときは、会長の決するところによる。

（専門委員）

第7条 県民会議に、専門の事項を調査させるため、必要があると認めるときは、専門委員を置くことができる。

- 2 専門委員は、当該専門の事項に関して十分な知識と経験を有する者及び関係行政機関の職員のうちから、知事が任命する。
- 3 専門委員は、その者の任命に係る当該専門の事項に関する調査が終了したときは、解任されるものとする。

（雑則）

第8条 この条例に定めるもののほか、県民会議の運営に関し必要な事項は、会長が県民会議に諮って定める。

附 則

この条例は、公布の日から施行する。

長崎県食育推進県民会議（第1期）メンバー

委員		所属	分野
会長	金子原二郎	長崎県知事	行政
副会長	立石 暁	長崎県副知事	
副会長	吉田共栄	(社)長崎県栄養士会会長	健康と栄養
委員	井石哲哉	(社)長崎県医師会会長	
	道津剛佑	(社)長崎県歯科医師会会長	
	河村綾子	(社)長崎県薬剤師会常務理事	
	荒木宣代	(社)長崎県看護協会会長	
	市瀬マサ子	長崎県食生活改善推進連絡協議会会長	
	金子壽重子	(社)長崎県保育協会副会長	学校・保育所等
	松下康子	長崎県私立幼稚園連合会副会長	
	秀島はるみ	長崎県PTA連合会副会長	
	長尾保子	長崎県生活協同組合連合会 ララコープ理事長	消費者団体
	中原松代	長崎県生活学校連絡協議会会長	
福地幸子	長崎県地域婦人団体連絡協議会会長		
永川恵美子	長崎県生活研究グループ連絡会会長	生産者・事業者	
山中勝義	長崎県農業協同組合中央会会長		
川端 勲	長崎県漁業協同組合連合会代表理事会長		
松藤 悟	長崎県商工会議所連合会会長		
元村和彦	(社)長崎県調理師協会会長		
徳永清隆	(社)長崎県食品衛生協会会長	給食・教育	
市丸憲二	長崎県学校給食研究会会長		
神林光子	長崎県学校栄養士会会長		
野田和宏	長崎県学校給食会理事長	地域活動団体	
吉田俊道	大地といのちの会代表		
増田真美子	スナッピーズ代表	学識経験者	
高橋史江	長崎国際大学健康管理学部教授		
福田直子	公募委員		
松尾一茂	公募委員	公募	
森 照余	公募委員		
伊藤一長	長崎県市長会会長		
横田修一郎	長崎県教育長	行政	

## 資料 3 長崎県食育推進会議設置要綱

### 第1 目的

長崎県における食育を全庁的に推進するため、長崎県食育推進会議（以下「推進会議」という。）を設置する。

### 第2 検討事項

推進会議は、次に掲げる事項について検討する。

- 1 食育推進の施策の推進に関すること。
- 2 食育推進計画の進行管理に関すること。
- 3 食育に係る関係部局相互の協力に関すること。
- 4 食育に係る情報の収集・提供に関すること。
- 5 その他食育の推進に関して必要なこと。

### 第3 構成等

推進会議は、別表1に掲げる委員により構成する。

- 1 推進会議には、会長及び副会長を置き、会長に副知事を、副会長には県民生活部長をもって充てる。
- 2 会長は、推進会議を代表し、推進会議を統括する。
- 3 副会長は、会長を補佐し会長に事故ある時は、その職務を代理する。

### 第4 会議

- 1 推進会議は、会長が招集し、主宰する。
- 2 会長は、必要に応じて委員以外の者に出席を求め、意見を聞くことができる。

### 第5 幹事会

- 1 推進会議に付議すべき議案の調整及び会長から命ぜられた案件の処理を行うため、幹事会を置く。
- 2 幹事会は別表2に掲げる幹事により構成する。
- 3 幹事会に幹事長を置き、幹事長には県民生活部参事監をもって充てる。
- 4 幹事会は、幹事長が必要に応じ招集し、主宰する。
- 5 幹事長は、必要に応じて幹事以外の者に出席をもとめ、意見を聞くことができる。

### 第6 事務局

推進会議及び幹事会の事務局は、食品安全推進室に置き、その事務を行う。

### 第7 その他

この要綱に定めるもののほか、推進会議及び幹事会の運営に関して必要な事項は、会長が別に定める。

### 附 則

この要綱は、平成18年4月12日から施行する。



別表1 長崎県食育推進会議の構成員

	構 成 員
会 長	副知事
副会長	県民生活部長
委 員	観光振興推進本部長
	物産流通推進本部長
	こども政策局長
	科学技術振興局長
	総務部長
	環境部長
	福祉保健部長
	水産部長
	農林部長
教育長	

別表2 幹事会の構成員

	部 局	構 成 員	
幹 事 長	県民生活部	参 事 監	
幹 事	観光振興推進本部	副本部長	
	物産流通推進本部	副本部長	
	こども政策局	こども未来課	課 長
		こども家庭課	課 長
	科学技術振興局	科学技術振興課	課 長
	総務部	学事振興課	課 長
	県民生活部	県民協働推進室	室 長
		生活衛生課	課 長
	環境部	廃棄物・リサイクル対策課	課 長
	福祉保健部	福祉保健課	課 長
		薬務行政室	室 長
		国保・健康増進課	課 長
	水産部	漁政課	課 長
		水産振興課	課 長
	農林部	農政課	課 長
		農業経営課	課 長
		農産園芸課	課 長
		畜産課	課 長
		林務課	課 長
	教育庁	義務教育課	課 長
生涯学習課		課 長	
体育保健課		課 長	

#### 資料 4 長崎県食育推進計画の検討経過

- (平成 17 年 8 月 24 日) 長崎県食育推進検討会議 (第 1 回)  
・食育を推進するうえでの関係各課の連携の確認並びに食育推進の方針の検討
- (平成 17 年 10 月 3 日～12 日) 長崎県食育推進検討会議幹事会 (第 1 回幹事会)  
(平成 17 年 11 月 1 日～ 9 日) 長崎県食育推進検討会議幹事会 (第 2 回幹事会)  
・「家庭・地域食育推進幹事会」「学校・保育所等食育推進幹事会」「生産者・消費者交流促進幹事会」「食育推進運動幹事会」の四つの幹事会を設け、食育に関する施策等を検討
- (平成 18 年 1 月 6 日) 長崎県食育推進検討会議 (第 2 回)  
・食育推進計画骨子 (案) 並びに幹事会でとりまとめた施策等についての協議
- (平成 18 年 1 月 10 日～18 日) 食育推進計画策定のための意見交換会  
・県内 7 地区 (県北、県央、県南、五島、壱岐、対馬、長崎) で開催
- (平成 18 年 2 月 16 日) 長崎県食育推進検討会議幹事会 (第 1 回合同幹事会)  
・食育推進計画 (素案) についての協議
- (平成 18 年 2 月 28 日) 長崎県食育推進検討会議幹事会 (第 2 回合同幹事会)  
・食育推進計画 (素案) についての協議
- (平成 18 年 3 月 2 日) 長崎県食育推進検討会議 (第 3 回)  
・食育推進計画 (素案) についての協議
- (平成 18 年 3 月 31 日) 長崎県食育推進県民会議条例の制定及び長崎県食育推進県民会議の設置
- (平成 18 年 5 月 10 日) 長崎県食育推進会議 (第 1 回)  
・食育推進計画 (素案) についての協議
- (平成 18 年 5 月 16 日) 長崎県食育推進県民会議 (第 1 回)  
・食育推進計画 (素案) についての協議
- (平成 18 年 7 月 18 日～20 日) 長崎県食育推進県民会議専門部会 (第 1 回)  
(平成 18 年 8 月 3 日～8 日) 長崎県食育推進県民会議専門部会 (第 2 回)  
・県民会議に 3 つの専門部会を設け、食育推進計画 (案) を専門的に検討
- (平成 18 年 8 月 11 日) 長崎県食育推進会議幹事会 (第 1 回)  
・食育推進計画 (案) についての協議
- (平成 18 年 8 月 14 日～9 月 1 日) パブリックコメント実施
- (平成 18 年 9 月 4 日) 長崎県食育推進県民会議 (第 2 回)  
・食育推進計画 (案) についての最終協議
- (平成 18 年 10 月 12 日) 長崎県食育推進計画の策定

## あ 行

### う蝕・う歯

むし歯のこと。う蝕は状態を示し、う歯はむし歯になった歯のことを示す。

### 栄養教諭

栄養に関する専門性と、教育に関する資質を併せ有する教職員であり、学校において、食に関する指導と学校給食の管理を一体的に行う。

平成 17 年 4 月より新設された制度。

## か 行

### 学校栄養職員

栄養士の資格を有する学校職員であり、学校において栄養管理や衛生管理などの給食の管理を主に行っている。最近では、学級担任等の行う教科指導にも、専門的立場から協力しながら健康教育の推進に参画している。

### 学校給食における地場産品使用推進週間

毎年 1 月に実施する学校給食週間にあわせて設定しており、献立の食材に地場産品を使用し、郷土料理のメニューを学校給食で実施するとともに、児童生徒の郷土理解を深めるための指導を行う。

### 学校給食レシピ集

郷土料理を通じた食文化の伝承及び地場産の食材を使用した学校給食の食事内容の充実を目的として平成 18 年 3 月に作成。学校給食における郷土料理、地場産物を活用した料理のレシピの他、食の指導に生かすための県内産の農産物に関する資料等を掲載している。

### 管理栄養士

厚生労働大臣の免許を受けて、高度の専門的知識および技術により特別の配慮を必要とする給食管理及びこれらの施設に対する栄養改善上必要な指導等を行う。

### グリーン・ツーリズム

自然が豊かな農山漁村において、その自然・文化・人々との交流を楽しむ滞在型の余暇活動であり、都市側の余暇活動のニーズや自然回帰志向と農村側の地域おこしのニーズの架け橋となっている。

人々は、地域資源や地元住民との交流を通じて、本来の人間らしい生活や田舎暮らしに触れ、農村の価値や魅力を再発見できる。

## 健康づくり応援の店

県民一人ひとりが健康づくりに取り組むことができるような環境整備を目的として、栄養成分表示や禁煙・分煙に取り組んでいる飲食店等として登録された店。平成18年3月末日現在で120店舗登録されている。

## 健康ながさき21

県民自らの健康観に基づき、自己管理能力を向上させ生活習慣が原因となる疾患の発症を防止し、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸及び生活の質の向上、疾病の治療やこれを支える人々の負担の適正化等を実現することを目的に、平成13年3月に県が策定した10カ年計画（H.13～H.22）

## 口腔機能

口は人間の器官であり、その動作の総称を口腔機能という。ものを嚙んだり飲み込んだりする「飲食する」機能や話をするための「発音」機能、呼吸などの「生体」機能など口腔内の歯や舌などの器官とそれに伴う筋肉や神経、感覚など動作に必要な機能を総称する。また、一般的にいう口腔機能は、顎機能を含み総称している。

## 骨粗鬆症

骨から主成分のカルシウムが溶け出してしまうために、その中にある骨組織（骨量、骨密度）が減ってしまった状態をいう。

## さ 行

### サプリメント

ダイエタリーサプリメント（Dietary Supplements）の略語。

「健康補助食品」、「栄養補助食品」と訳され、主にビタミンやミネラル、アミノ酸など、日頃不足しがちな栄養成分を補助するものを指すが、わが国において明確な定義はない。

### 食育基本法

国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができるよう、食育を総合的かつ計画的に推進する法律。平成17年7月15日付けで施行された。

### 食育指導の手引き

学校の全教職員が食育に関する指導を行う時の参考となるよう、食育指導年間計画例や各教科、給食時間、学級活動、学校行事、個別指導等における指導事例等を掲載したもの。

### 食事バランスガイド

食生活指針を実際の行動に結びつけるものとして、厚生労働省と農林水産省が共同で作成したもので、食事の望ましい組み合わせやおおよその量をわかりやすくイラストで示したもの。

## 食生活改善推進員

市町村が開催する食生活改善推進員教育事業の教育を修了した者で、健康づくりのための食生活を通じたボランティア活動を行う者。

## 食生活指針

国民の健康の増進、生活の質の向上および食料の安定供給の確保を図るため、食生活において国民一人ひとりが特に留意すべき事項として 10 項目が設定され、また、各項目ごとにその実施のために取り組むべき具体的内容が示されている。平成 12 年文部科学省、厚生労働省、農林水産省の 3 省で閣議決定された。

## 食品リサイクル

食品の売れ残り、食べ残し又は製造過程において大量に発生している食品廃棄物の発生抑制・減量化により最終的に処分される量を減少させるとともに、飼料や肥料等の原料として再生利用すること。食品循環資源の再利用のこと。

## 食物アレルギー

食物を摂取した際、身体が食物（に含まれるタンパク質）を異物として認識し、自分の身体を防御するために過敏な反応を起こすこと。症状としては「かゆみ・じんましん」、「唇の腫れ」、「まぶたの腫れ」、「嘔吐」、「咳・喘息」などがあげられる。重症な場合は、ショック症状（アナフィラキシーショック）が起こり、死に至る場合がある。

## 生活習慣病

生活習慣に起因する疾病。例えば、喫煙とがん・心臓病、高血圧と脳卒中、肥満と糖尿病など。食生活や運動などの生活習慣の改善によりある程度予防が可能である。

## 専門調理師

専門調理師とは、厚生労働省が認定した（社）調理技術技能センターが実施する調理技能審査・技能検定の合格者に対して与えられる称号。調理技能審査・技能検定は同一の試験ながら 2 種類の試験名称があり、それにともない認定資格の名称も 2 種類ある。専門調理師は調理技能審査合格に対して与えられる称号。技能検定合格に対して与えられるのは調理技能士。

## た 行

### 地産地消

地域で生産されたものを地域で消費すること。地域の消費者ニーズを的確に捉えて、地域農林水産品の安定的な生産供給を行う側面と、地域で生産されたものを地域で消費することにより生産者を支える側面の両面がある。

## な 行

### 長崎県版食事バランスガイド

長崎県の食材や郷土料理、また、必要な運動量を加えて、より県民に親しみやすく、活用しやすいように作成された食事バランスガイド。(平成 18 年度に作成)

### 日本型食生活

昭和 50 年頃に実践されていた、米を中心に、水産物、畜産物、野菜等多様な副食から構成され、栄養バランスに優れた我が国独自の食生活。

## は 行

### ブルー・ツーリズム

漁村の自然や文化をありのままに生かした、漁村民宿などによる家族ぐるみの滞在型の旅行形態で、新しい都市・漁村交流の形態。

### 保育所における食育に関する指針

保育所における「食育」については、保育所保育指針を基本として取り組まれているが、平成 15 年度児童環境づくり等総合調査研究事業として『楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～』報告書が取りまとめられ、平成 16 年 3 月に保育所における食育の計画作成の参考とされるものとして示されている。

## ま 行

### 三つの食品群

食べものの働きによって、3つの(赤・緑・黄)のグループに分けることができる。

赤(魚・肉・卵・乳製品など体をつくるもととなるもの)

緑(野菜や果物など体の調子を整えるもの)

黄(穀物やいも類、油脂類などエネルギーのもとになるもの)

## ら 行

### ライフステージ

人の一生を少年期・青年期・壮年期・老年期などと分けた、それぞれの段階。

### リスクコミュニケーション

食の安全・安心に関する情報を公開し、消費者、食品等事業者、学識経験者及び行政担当者が、食に関するリスクを認識、分析する過程において得られた情報及び意見を相互に交換し、双方向の対話を図ろうとするもの。



高村 佐和子さん（長崎市）  
平成17年度諫早地区クリーンミーティング推進協議会消費者懇話会のフードパッカー賞受賞

## いただきます みんなで食べたら おいしいね

日高 健仁君（長崎県対馬市 親愛保育園）  
内閣府選定 平成17年度食育に関する「標語」子供向けの部最優秀賞受賞作品